Ketenangan Fikiran & Kepuasan

Shaykh Pod BOOKS

Shaykh Pod MALAY

Mengamalkan Ciri-ciri Positif Membawa Kepada Ketenangan Fikiran

Ketenangan Fikiran & Kepuasan

Buku ShaykhPod

Diterbitkan oleh ShaykhPod Books, 2024

Ketenangan Fikiran & Kepuasan

Edisi kedua. 22 Mac 2024.

Ditulis oleh ShaykhPod Books.

Isi kandungan

Ucapan terima kasih

Segala puji bagi Allah, Tuhan sekalian alam, yang telah memberikan ilham, peluang dan kekuatan kepada kami untuk menyempurnakan jilid ini. Selawat dan salam ke atas junjungan besar Nabi Muhammad yang jalannya telah dipilih oleh Allah Taala untuk keselamatan umat manusia.

Kami ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada seluruh keluarga ShaykhPod, terutamanya bintang kecil kami, Yusuf, yang sokongan dan nasihat berterusannya telah memberi inspirasi kepada pembangunan Buku ShaykhPod.

Kami berdoa agar Allah, Yang Maha Tinggi, menyempurnakan nikmat -Nya kepada kami dan menerima setiap surat dari kitab ini di mahkamah-Nya yang mulia dan membenarkannya untuk bersaksi bagi pihak kami pada Hari Akhir.

Segala puji bagi Allah Yang Maha Tinggi, Tuhan sekalian alam dan selawat dan salam yang tidak terhingga ke atas junjungan Nabi Muhammad, ke atas keluarga dan para sahabatnya yang dirahmati Allah, semoga Allah meridhai mereka semua.

Nota Penyusun

Kami telah berusaha bersungguh-sungguh untuk melakukan keadilan dalam jilid ini namun jika terdapat sebarang kejatuhan pendek ditemui maka penyusun bertanggungjawab secara peribadi dan semata-mata ke atasnya.

Kami menerima kemungkinan kesilapan dan kekurangan dalam usaha menyelesaikan tugas yang sukar itu. Kami mungkin secara tidak sedar telah tersandung dan melakukan kesilapan yang mana kami memohon kemaafan dan kemaafan daripada pembaca kami dan penarikan perhatian kami kepadanya akan dihargai. Kami bersungguh-sungguh menjemput cadangan membina yang boleh dikemukakan kepada ShaykhPod.Books@gmail.com .

pengenalan

Buku pendek berikut membincangkan Dua Aspek Akhlak Mulia: Ketenangan Fikiran dan Kepuasan.

Melaksanakan pelajaran yang dibincangkan akan membantu seorang Muslim Mencapai Akhlak Mulia. Menurut Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2003, Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, telah menasihati bahawa perkara yang paling berat dalam Timbangan Hari Kiamat ialah Akhlak Mulia. Ia adalah salah satu sifat Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,, yang dipuji oleh Allah Taala dalam Surah 68 Al Qalam, Ayat 4 Al-Quran:

"Dan sesungguhnya kamu mempunyai akhlak yang agung."

Oleh itu, adalah menjadi kewajipan ke atas semua umat Islam untuk mendapatkan dan bertindak berdasarkan ajaran Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,, untuk mencapai Akhlak Mulia.

Ketenangan Fikiran & Kepuasan

Ketenangan Fikiran & Badan - 1

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Sepanjang kitab suci ilahi terdapat banyak contoh yang menunjukkan bahawa seseorang akan diperlakukan mengikut cara mereka bertindak. Sebagai contoh, dalam satu ayat Al-Quran, Allah Yang Maha Tinggi menyatakan bahawa Dia akan mengingati orang yang mengingatiNya. Surah 2 Al Baqarah, ayat 152.

“Maka ingatlah kepadaKu; Saya akan ingat awak.”

Contoh lain terdapat dalam surah 2 Al Baqarah, ayat 40:

“… penuhilah perjanjian-Ku [kepadamu] bahawa Aku akan memenuhi perjanjianmu [daripada-Ku]…”

Akhirnya, dalam Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 1924, Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, berpesan bahawa

sesiapa yang menunjukkan belas kasihan kepada orang lain akan dirahmati oleh Allah Yang Maha Tinggi.

Agak jelas bahawa orang berusaha dalam dunia material ini kerana mereka inginkan ketenangan fikiran dan kepuasan. Berdasarkan perbincangan sebelum ini, kedamaian dalam kehidupan seseorang sering dicapai apabila seseorang membenarkan orang lain hidup dengan aman. Jika seseorang merenungkan kehidupan mereka sendiri, mereka akan menyedari bahawa orang boleh dibahagikan kepada dua kategori: mereka yang memikirkan perniagaan mereka dan membenarkan orang lain hidup dengan aman dan mereka yang tidak. Tidak memerlukan seorang genius untuk mengetahui bahawa mereka yang membiarkan orang lain hidup dengan aman adalah orang yang memperoleh kedamaian. Manakala, ahli kumpulan lain tidak pernah mendapat kedamaian tanpa mengira berapa banyak nikmat duniawi yang mungkin mereka miliki. Inilah salah satu sebab mengapa Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, berpesan dalam Hadis yang terdapat dalam Sunan Ibn Majah, nombor 3976, bahawa seorang Muslim tidak dapat menyempurnakan keislamannya sehingga mereka menjauhi perkara-perkara yang tidak berkaitan dengannya. Mereka yang tidak mengendahkan nasihat ini dan menyibukkan diri dengan campur tangan orang lain adalah orang yang tidak pernah mendapat ketenangan. Ketika mereka merampas keamanan orang lain, Allah Ta’ala mencabutnya.

Oleh itu, satu langkah besar ke arah mencapai ketenangan fikiran ialah membiarkan orang lain hidup dengan aman. Perlu diingat, ini tidak bermakna seseorang itu harus meninggalkan perintah kebaikan dan mencegah kemungkaran kerana ini adalah kewajipan yang penting. Tetapi ini bermakna bahawa perkara-perkara yang tidak berdosa harus dibiarkan begitu sahaja kerana sentiasa menegur orang lain dalam isu-isu yang tidak haram hanya membawa kepada permusuhan dan kehilangan keamanan dalam kehidupan manusia. Terdapat satu hari dan

zaman apabila orang suka dinasihatkan oleh orang lain tentang semua perkara yang halal dan haram walaupun ini bermakna mereka dicaci kerana mereka ingin mengubah diri mereka menjadi lebih baik. Tetapi hari itu telah lama berlalu. Pada masa kini, kebanyakan orang tidak suka dicaci kerana yang haram apatah lagi perkara yang halal lagi tidak diingini. Oleh itu, adalah lebih baik untuk mengelakkan sikap ini jika seseorang ingin mendapatkan sedikit ketenangan dalam hidup mereka.

Kesimpulannya, orang yang membiarkan orang lain hidup dengan aman akan diberikan kedamaian oleh Allah Taala.

Ketenangan Fikiran & Badan - 2

Dalam sebuah Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2465, Nabi Muhammad s.a.w. berpesan bahawa sesiapa yang mengutamakan persiapan untuk akhirat daripada berusaha untuk dunia material ini akan diberikan kepuasan, urusan mereka akan diperbetulkan untuk mereka. dan mereka akan menerima rezeki yang ditakdirkan dengan cara yang mudah.

Separuh hadis ini bermaksud bahawa sesiapa yang menunaikan kewajipan mereka dengan betul terhadap Allah Taala dan makhluk, seperti memberi nafkah kepada keluarga mereka dengan cara yang halal sambil menghindari kelebihan dunia material ini, akan diberikan keredhaan. Ini adalah apabila seseorang itu berpuas hati dengan apa yang mereka miliki tanpa tamak dan secara aktif berusaha untuk mendapatkan lebih banyak perkara duniawi. Pada hakikatnya, orang yang berpuas hati dengan apa yang mereka miliki adalah orang yang benar-benar kaya, walaupun mereka memiliki sedikit harta, kerana mereka menjadi bebas daripada sesuatu. Kemerdekaan dalam apa-apa pun menjadikan seseorang kaya dalam hal itu.

Di samping itu, sikap ini akan membolehkan seseorang dengan selesa menangani sebarang isu duniawi yang mungkin timbul semasa hidupnya. Ini kerana semakin kurang berinteraksi dengan dunia material dan menumpukan perhatian kepada akhirat, semakin kurang isu duniawi yang akan mereka hadapi. Semakin kurang isu duniawi yang dihadapi oleh seseorang, semakin selesa kehidupan mereka. Sebagai contoh, orang yang memiliki satu rumah akan mempunyai lebih sedikit masalah untuk ditangani berkenaan dengannya, seperti periuk masak yang rosak,

berbanding orang yang memiliki sepuluh rumah. Akhirnya, orang ini dengan mudah dan senang mendapat peruntukan yang sah mereka. Bukan itu sahaja, tetapi Allah Ta'ala akan meletakkan kurniaan itu dalam rezeki mereka yang akan meliputi segala tanggungjawab dan keperluan mereka, bermakna, ia akan memuaskan mereka dan tanggungan mereka.

Mengutamakan persediaan untuk akhirat bermakna seseorang itu hendaklah sentiasa bertindak dan bercakap dengan cara yang memberi manfaat kepada mereka di akhirat. Seperti yang telah dijelaskan sebelum ini, ini termasuklah berusaha mencari rezeki yang halal demi memenuhi keperluan dan tanggungjawab tanpa membazir atau boros. Sebarang aktiviti yang tidak mendatangkan faedah di akhirat hendaklah diminimumkan. Semakin seseorang berkelakuan seperti ini, semakin banyak kepuasan mereka akan diberkati dan semakin mudah aktiviti seharian mereka. Di samping itu, mereka juga akan mempersiapkan diri dengan secukupnya untuk akhirat, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai Allah Taala. Oleh itu, mereka mencapai keamanan dan kejayaan di kedua-dua dunia.

Tetapi seperti yang disebutkan dalam separuh lagi Hadis ini, orang yang mengutamakan usaha mengejar dunia material daripada mempersiapkan makna akhirat, dengan mengabaikan tugas mereka atau berusaha untuk yang tidak perlu dan berlebihan dunia material ini, akan mendapati bahawa keperluan mereka, yang bermaksud tamak. , kerana perkara duniawi tidak pernah puas. Ini, secara definisi, menjadikan mereka miskin walaupun mereka memiliki banyak harta. Orang-orang ini akan pergi dari satu isu keduniaan yang lain sepanjang hari gagal mencapai kepuasan kerana mereka telah membuka terlalu banyak pintu duniawi. Dan mereka akan menerima rezeki yang ditakdirkan dengan susah payah dan ia tidak akan memberi mereka kepuasan dan tidak pernah kelihatan cukup untuk mengisi ketamakan mereka. Ini bahkan boleh mendorong mereka ke arah

yang haram, yang hanya membawa kepada kerugian yang lebih besar dalam kedua-dua dunia. Akhirnya, kerana sikap mereka, mereka tidak akan membuat persediaan secukupnya untuk akhirat. Oleh itu, orang ini mendapat tekanan dan rasa tidak puas hati dalam kedua-dua dunia.

Ketenangan Fikiran & Badan - 3

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Ramai orang menetapkan piawaian untuk kebahagiaan mereka mengikut peraturan dan keinginan orang lain. Masalah dengan mentaliti ini ialah seseorang itu akan menjadi sedih atau gembira bergantung pada keinginan orang. Jika mereka berterusan dengan sikap ini maka mereka mencapai tahap di mana mereka mencintai, membenci, memberi, menahan dan bertindak mengikut kehendak manusia. Sikap ini hanya akan membawa kepada kesedihan keseluruhan dalam hidup seseorang kerana benar-benar menyenangkan orang lain tidak dapat dicapai. Manusia tidak redha dengan Allah Ta'ala, apabila Dia memberi mereka nikmat yang tidak terhitung banyaknya, bagaimana mungkin mereka redha dengan orang-orang yang tidak memberikan apa-apa kepada mereka? Jadi hidup dengan sikap sentiasa bertujuan untuk menggembirakan orang lain hanya akan menghasilkan kesedihan.

Oleh itu, seorang Muslim harus berusaha untuk mendapatkan keredhaan Allah Taala, yang mudah diperolehi. Orang ini akan mencintai, membenci, memberi dan menahan kerana Allah Taala, yang merupakan aspek penyempurnaan iman seseorang. Ini ditegaskan dalam Hadis yang terdapat dalam Sunan Abu Dawud, nombor 4681. Ini hanya dicapai melalui ketaatan yang ikhlas kepada Allah, Yang Maha Tinggi, yang melibatkan menunaikan perintah Allah, Yang Maha Tinggi, menjauhi larangan-Nya dan bersabar dengan takdir. Ini akan membawa kepada kebahagiaan sejati di kedua-dua dunia dan oleh itu ia adalah kunci kebahagiaan.

Ketenangan Fikiran & Badan - 4

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Adalah penting bagi umat Islam dalam semua aspek kehidupan mereka untuk sentiasa menetapkan jangkaan yang realistik kerana menetapkan jangkaan yang tidak realistik sentiasa membawa kepada kekecewaan, kesedihan, kesedihan dan kemurungan yang merupakan ramuan untuk ketidaksabaran dan kemaksiatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi,. Ini hanya membawa kepada masalah lagi di kedua-dua dunia. Sebagai contoh, umat Islam harus menolak fantasi yang dicipta oleh Bollywood dengan mempercayai perkahwinan mereka akan menjadi seperti kisah dongeng. Ini adalah jangkaan yang tidak masuk akal dan tidak realistik yang hanya akan membawa kepada kekecewaan. Manakala, jika seseorang memahami bahawa perkahwinan mempunyai kesukaran tetapi bersedia untuk mengatasinya maka mereka lebih cenderung untuk mencapai kebahagiaan dan ketenangan fikiran.

Di samping itu, seorang Muslim harus menetapkan jangkaan yang realistik mengikut situasi dan makna hidup mereka sendiri, mereka tidak seharusnya memerhati orang lain dan menetapkan jangkaan mereka mengikut piawaian mereka. Ini telah ditunjukkan dalam Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2513.

Pada hakikatnya, seorang Muslim sejati tidak akan meletakkan harapan terhadap manusia kerana mereka hanya bergantung dan bertawakkal kepada Allah Yang Maha Agung. Tetapi ini adalah status yang tinggi dan jarang dicapai. Oleh itu, jika seorang Muslim mesti menetapkan jangkaan terhadap orang, mereka harus membuat mereka realistik jika tidak,

mereka hanya akan membawa kepada kekecewaan, kesedihan dan kemurungan.

Ketenangan Fikiran & Badan - 5

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Artikel berita itu melaporkan seorang anggota kanan wanita kerajaan Amerika yang dipecat kerana enggan melaksanakan perintah yang jelas tidak beretika dan tidak bermoral. Agak jelas bahawa jawatan kanan dalam kerajaan dan syarikat besar didominasi oleh lelaki. Jadi seseorang boleh bayangkan betapa sukarnya dia bekerja dan berapa banyak pengorbanan yang mesti dia lakukan untuk mencapai pangkatnya dalam kerajaan Amerika. Dia tahu jika dia enggan mengikut arahan atasannya, dia akan kehilangan pekerjaannya, namun dia masih tidak berkompromi dengan nilainya. Islam mengajar umat Islam bahawa mereka juga harus mengamalkan mentaliti ini dan tidak pernah berkompromi dengan iman mereka untuk mendapatkan sesuatu dari dunia material. Bab 4 An Nisa, ayat 135:

"Hai orang-orang yang beriman, jadilah kamu orang-orang yang benar-benar menegakkan keadilan, menjadi saksi karena Allah, walaupun terhadap dirimu sendiri atau ibu bapa dan kaum kerabat…"

Memandangkan dunia kebendaan adalah sementara, apa sahaja yang diperoleh daripadanya akhirnya akan lenyap dan mereka akan dipertanggungjawabkan atas tindakan dan sikap mereka di akhirat kelak. Di samping itu, kerana mereka lupa untuk mentaati Allah Taala dengan ikhlas, perkara-perkara duniawi yang mereka perolehi dengan berkompromi dengan iman mereka akan menjadi sumber kesengsaraan mereka, walaupun mereka mempunyai beberapa saat kesenangan. Bab 9 At Taubah, ayat 82:

“ Maka hendaklah mereka tertawa sedikit, mereka akan menangis banyak sebagai balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan.”

Dan surah 20 Taha, ayat 124-126:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta." Dia akan berkata: "Ya Tuhanku, mengapa Engkau menghimpunkan aku dalam keadaan buta, padahal aku dahulunya adalah seorang yang melihat?" [Allah] berfirman, "Demikianlah telah datang kepadamu ayat-ayat Kami, maka kamu melupakannya, dan demikian pula kamu pada hari ini dilupakan".

Sebaliknya, iman adalah permata berharga yang membimbing seorang muslim melalui semua kesulitan di dunia dan di akhirat dengan selamat. Oleh itu, adalah suatu kebodohan yang nyata untuk berkompromi dengan perkara yang lebih bermanfaat dan berkekalan demi sesuatu yang sementara yang membawa kepada kesengsaraan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami

beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ramai orang , terutamanya wanita, akan menghadapi detik dalam hidup mereka di mana mereka perlu memilih sama ada untuk berkompromi dengan kepercayaan mereka atau tidak. Sebagai contoh, dalam beberapa kes, seorang wanita Islam mungkin percaya bahawa jika dia menanggalkan selendangnya dan berpakaian dengan cara tertentu, dia akan lebih dihormati di tempat kerja dan mungkin memanjat tangga korporat dengan lebih cepat. Begitu juga, dalam dunia korporat adalah dianggap penting untuk bergaul dengan rakan sekerja selepas waktu kerja. Jadi seorang muslim mungkin mendapati dirinya dijemput ke pub atau kelab selepas bekerja. Pada masa-masa seperti ini, adalah penting untuk diingat bahawa ketenangan fikiran dan kejayaan di kedua-dua dunia hanya akan diberikan kepada mereka yang tetap teguh dengan ajaran Islam, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai Allah, Terpuji, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya. Mereka yang bertindak demikian akan dianugerahkan kejayaan duniawi dan agama. Tetapi yang lebih penting kejayaan duniawi mereka tidak akan menjadi beban kepada mereka. Malah, ia akan menjadi jalan bagi Allah Taala untuk memberikan keamanan kepada mereka, meningkatkan darjat dan zikir mereka di kalangan manusia. Contohnya adalah Khalifah-khalifah Islam yang mendapat petunjuk. Mereka tidak berkompromi dengan iman mereka dan sebaliknya tetap teguh sepanjang hidup mereka dan sebagai balasan Allah, Yang Maha Tinggi, menganugerahkan mereka sebuah empayar duniawi dan keagamaan.

Semua bentuk kejayaan dunia yang lain adalah sangat sementara dan lambat laun ia menjadi kesukaran bagi pembawanya. Kita hanya perlu memerhatikan ramai selebriti yang berkompromi dengan cita-cita dan

kepercayaan mereka untuk mendapatkan kemasyhuran dan kekayaan, hanya untuk perkara-perkara ini menjadi punca kesedihan, kebimbangan, kemurungan, penyalahgunaan bahan dan juga bunuh diri.

Renungkan sejenak kedua-dua laluan ini dan kemudian tentukan yang mana satu harus diutamakan dan dipilih.

Ketenangan Fikiran & Badan - 6

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Saya sedang memikirkan masalah biasa yang dihadapi kebanyakan orang semasa hidup mereka. Orang sering merungut bahawa tidak kira betapa sukarnya mereka mencuba mereka nampaknya tidak dapat menggembirakan semua orang. Tidak kira apa keadaan mereka dalam seseorang sentiasa kelihatan tidak berpuas hati dengan mereka. Ini adalah realiti yang semua dialami sama ada dalam kehidupan keluarga, kehidupan kerja atau bersama rakan-rakan. Seorang Muslim harus sentiasa mengingati beberapa perkara mudah yang akan menghalang mereka daripada menekankan isu ini.

Pertama, kebanyakan manusia tidak redha kepada Allah, Yang Maha Tinggi,, walaupun Dia memberi mereka nikmat yang tidak terhitung banyaknya tanpa diminta. Bagaimanakah orang-orang ini boleh benar-benar gembira dengan orang lain yang sebenarnya tidak memberi mereka apa-apa? Kurangnya keredhaan mereka dengan Allah Ta'ala, cukup jelas dari keluh kesah mereka dan kurangnya rasa syukur yang mereka tunjukkan kepada-Nya.

Kedua, walau setinggi mana pun seseorang itu memperbaiki akhlaknya, mereka tidak akan pernah mencapai akhlak mulia yang dimiliki oleh Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,, dan para Nabi saw yang lain, namun mereka tetap tidak disukai oleh sesetengah orang. orang ramai. Jika ini berlaku dengan mereka bagaimana orang biasa boleh mencapai kesenangan semua orang semasa hidup mereka?

Seorang Muslim juga harus ingat bahawa apabila manusia diciptakan dengan pemikiran yang berbeza mereka akan sentiasa menemui orang yang tidak bersetuju dengan sikap dan tingkah laku mereka. Kerana ini akan sentiasa ada sesetengah orang yang tidak berpuas hati dengan seseorang pada suatu masa tertentu. Satu-satunya yang boleh mendekati untuk menggembirakan semua orang ialah orang yang bermuka dua yang mengubah sikap dan kepercayaan mereka bergantung kepada siapa yang mereka hadapi. Tetapi akhirnya orang ini pun akan dihinakan oleh Allah Taala secara terbuka.

Oleh itu, untuk mendapatkan kesenangan semua orang tidak dapat dicapai dan hanya orang yang bodoh akan berusaha untuk mencapai sesuatu yang tidak dapat diperolehi. Oleh itu, seorang Muslim harus berusaha untuk mengutamakan keredhaan Allah Taala, di atas segalanya dengan menunaikan perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya dan dengan menghadapi takdir dengan sabar mengikut tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini tidak bermakna seorang Muslim tidak boleh menghormati orang lain kerana ini bercanggah dengan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini bermakna seorang Muslim harus memahami bahawa jika mereka taat kepada Allah, Dia akan melindungi mereka daripada sikap dan kesan negatif manusia walaupun perlindungan ini tidak jelas bagi mereka. Tetapi jika mereka mengutamakan kesenangan orang, mereka tidak akan mencapainya dan Allah Ta'ala tidak akan melindungi mereka daripada rasa tidak senang dan kesan negatif manusia.

Ketenangan Fikiran & Badan - 7

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Oleh kerana semua orang tidak diciptakan sama, mereka pasti tidak bersetuju dengan perkara-perkara tertentu. Dalam perkara-perkara yang berkaitan dengan agama dan perkara-perkara yang membezakan antara yang halal dan yang haram, seorang Muslim mesti tetap teguh di atas ketaatan kepada Allah Taala, tanpa mengira siapa yang mencabar atau tidak bersetuju dengannya. Tetapi dalam perkara di mana pilihan adalah antara pilihan dunia yang sah, seorang Muslim berhak untuk menawarkan pendapat mereka kepada orang lain apabila mereka diminta. Tetapi mereka tidak sepatutnya membuang masa atau tekanan jika orang lain tidak bersetuju dengan pendapat mereka. Apabila seseorang berpegang pada perselisihan ini dari masa ke masa, ia boleh menyebabkan permusuhan membina antara orang yang boleh membawa kepada keretakan dan hubungan yang rosak. Ini malah boleh mengakibatkan dosa memutuskan hubungan dengan manusia. Jadi dalam kes seperti ini adalah penting bagi umat Islam untuk membiarkan perkara itu berlalu dan tidak menyimpan perasaan negatif terhadap seseorang yang tidak bersetuju dengan pendapat dan pilihan mereka. Sebaliknya, mereka harus menolak diri mereka sendiri untuk bersetuju untuk tidak bersetuju dan teruskan daripada keadaan tanpa sebarang perasaan buruk. Orang yang gagal melakukan ini akan mendapati dirinya sentiasa berbalah dan mempunyai permusuhan terhadap orang lain kerana mereka terikat untuk tidak bersetuju dengan orang lain dalam topik dan isu tertentu kerana perbezaan ciri dan mentaliti mereka. Memahami dan bertindak mengikut nasihat ini adalah satu cabang mencari kedamaian di dunia ini.

Ketenangan Fikiran & Badan - 8

Saya mempunyai pemikiran yang ingin saya kongsikan. Adalah penting bagi umat Islam untuk menunaikan hak yang dimiliki oleh orang ramai ke atas mereka, seperti ibu bapa mereka, mengikut ajaran Islam. Tetapi mereka tidak boleh melakukan ini untuk kepentingan manusia dan tidak boleh melampaui batas dalam tugas mereka dengan melampaui batas yang ditetapkan oleh Allah Taala. Sebaliknya, seseorang harus bertindak hanya kerana Allah, Yang Maha Tinggi, dan tetap dalam batasan yang ditetapkan oleh-Nya ketika menunaikan kewajipan mereka kepada orang lain. Sebagai contoh, mereka tidak boleh menderhaka kepada Allah Taala dalam proses menyenangkan manusia. Masalah dengan mengabdikan hidup dan usaha seseorang kepada manusia, walaupun tidak ada dosa yang dilakukan, adalah bahawa suatu hari pasti akan datang apabila orang ini akan menyedari bahawa mereka telah mengabdikan banyak usaha kepada orang tetapi sebagai balasannya tidak memperoleh apa-apa yang signifikan daripada mereka, seperti rasa syukur. . Sikap ini membawa kepada kepahitan terhadap kehidupan dan manusia. Jika seseorang terus berpegang pada sikap ini, mereka akhirnya akan gagal dalam tugas mereka terhadap Allah, Yang Maha Agung, dan terutama tugas terhadap manusia. Sebaliknya, apabila seseorang itu beramal kerana Allah Taala, tanpa mengira betapa sedikit rasa syukur yang ditunjukkan orang kepada mereka, mereka tidak akan menjadi pahit ketika mereka bertindak dan mengharapkan ganjaran daripada Allah Taala. Jika niat seseorang itu ikhlas ini akan menghalang kepahitan kerana mereka mencari balasan atas usaha mereka daripada Allah, bukan manusia. Orang mungkin mengecewakan mereka kerana kurang bersyukur sedangkan Allah Taala akan memberi ganjaran di luar jangkaan mereka.

Ketenangan Fikiran & Badan - 9

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan tentang kebebasan sosial dan hak orang ramai terutamanya, wanita. Pertama sekali, adalah penting untuk memahami, bahawa perkara utama yang memisahkan manusia daripada haiwan adalah hakikat bahawa manusia hidup dengan kod moral yang lebih tinggi. Sekiranya manusia meninggalkan ini dan hanya bertindak mengikut hawa nafsu mereka, maka mereka tidak akan berbeza antara mereka dan haiwan. Malah, orang akan menjadi lebih teruk, kerana mereka mempunyai tahap pemikiran yang lebih tinggi lagi, masih memilih untuk hidup seperti haiwan.

Kedua, sama ada orang mahu mengaku atau tidak secara realiti, setiap orang adalah hamba kepada sesuatu atau seseorang. Ada yang menjadi pelayan orang lain, seperti eksekutif Hollywood dan melakukan apa sahaja yang mereka perintahkan, walaupun ia mencabar kesopanan dan rasa malu. Yang lain adalah hamba kepada saudara-mara dan kawan-kawan mereka dan melakukan apa sahaja untuk menggembirakan mereka. Orang lain adalah jenis hamba yang lebih teruk, kerana mereka hanya melayani keinginan mereka sendiri, seperti haiwan dan orang jahat dalam masyarakat, seperti pedofil dan perogol. Bentuk kehambaan yang terbaik dan paling tinggi adalah menjadi hamba Allah yang Maha Agung. Hal ini cukup jelas jika seseorang membelek lembaran sejarah yang jelas menunjukkan bahawa mereka yang menjadi hamba Allah, Yang Mulia, seperti Nabi-nabi, saw, telah dianugerahkan penghormatan dan penghormatan tertinggi di dunia ini dan akan diberikan ini pada masa akan datang. Berabad-abad dan beribu-ribu tahun telah berlalu namun nama mereka diingati sebagai tiang dan suar sejarah. Sedangkan mereka yang menjadi hamba kepada orang lain, terutama keinginannya sendiri, akhirnya dihina di dunia ini dan dibelenggu dengan gangguan jiwa dan

ketagihan bahan, walaupun mereka mencapai beberapa status duniawi dan mereka hanya menjadi catatan kaki dalam sejarah. Media hampir tidak mengingati mereka yang meninggal dunia selama lebih daripada beberapa hari sebelum beralih kepada orang seterusnya untuk melaporkannya. Semasa hidup mereka, orang-orang ini akhirnya menjadi sedih, kesepian, tertekan dan bahkan membunuh diri , kerana menjual jiwa dan kesopanan mereka kepada tuan duniawi mereka tidak memberikan mereka kepuasan yang mereka cari. Seseorang tidak perlu menjadi seorang ulama untuk memahami kebenaran yang jelas ini. Jadi jika manusia mesti menjadi hamba, mereka harus menjadi hamba Allah, Yang Maha Tinggi, kerana kehormatan yang kekal, kebesaran dan kejayaan sebenar hanya terletak pada ini. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 10

Orang-orang yang kafir atau mengelak daripada mengamalkan kepercayaan mereka terhadap Islam melakukannya kerana cinta kepada dunia material dan benda-benda di dalamnya. Mereka percaya bahawa percaya atau beramal dengan iman mereka akan menghalang mereka daripada menikmati nikmat dunia yang bermakna, bagi mereka iman adalah sesuatu yang menyekat keinginan mereka dan oleh itu mereka berpaling daripadanya sama ada secara literal atau praktikal. Sebaliknya mereka berpaling ke arah dunia material dan berusaha untuk memenuhi keinginan mereka tanpa sekatan dengan mempercayai bahawa kedamaian sejati terletak di dalamnya. Mereka memandang rendah orang-orang yang menerima dan merealisasikan iman mereka dengan mengawal tindakan mereka dan menggunakan nikmat duniawi mereka dengan cara yang diredhai Allah Taala. Mereka percaya bahawa orang-orang Islam yang soleh ini adalah hamba-hamba yang hina yang dilarang bersenang-senang sedangkan mereka, orang-orang kafir dan orang-orang sesat, adalah bebas. Tetapi sebenarnya ini tidak boleh jauh dari kebenaran kerana hamba yang sebenar adalah mereka yang gagal menerima dan tunduk kepada Allah, Yang Maha Tinggi, dan yang lebih tinggi adalah mereka yang telah melakukan ini apabila mereka bebas daripada perhambaan kepada dunia. Ini boleh difahami dengan contoh. Ibu bapa yang baik akan menyekat jenis makanan yang dimakan oleh anak mereka bermakna, mereka hanya akan membiarkan mereka makan makanan ringan dan tidak sihat sekali-sekala dan sebaliknya memaksa mereka untuk mengikuti diet yang sihat. Oleh itu, kanak-kanak ini percaya bahawa ibu bapa mereka telah meletakkan sekatan yang tidak diingini ke atas mereka dan bahawa mereka telah menjadi hamba kepada ibu bapa mereka dan diet sihat mereka. Sebaliknya seorang anak lain telah diberi kebenaran daripada ibu bapanya untuk makan apa sahaja yang mereka kehendaki, bila-bila masa yang mereka mahu dan berapa banyak yang mereka kehendaki. Jadi kanak-kanak ini percaya bahawa mereka benar-benar bebas daripada semua sekatan. Apabila anak-anak ini berkumpul anak yang telah diberi kebebasan sepenuhnya mengkritik dan

memandang rendah anak yang telah dihalang oleh ibu bapanya. Kanak-kanak yang terakhir juga akan berasa kasihan terhadap dirinya sendiri apabila mereka memerhatikan kanak-kanak lain telah diberi kebebasan untuk berkelakuan mengikut kehendak mereka. Secara lahiriah nampaknya anak yang telah dimerdekakan telah memperoleh kebahagiaan sedangkan anak yang satu lagi terlalu terikat dengan sekatan untuk menikmati kehidupan. Tetapi bertahun-tahun kemudian kebenaran akan menjadi nyata. Kanak-kanak yang tidak mempunyai sekatan membesar menjadi sangat tidak sihat seperti obesiti, diabetes, tekanan darah tinggi, dan lain-lain. Akibatnya, mereka juga menjadi tidak sihat dari segi mental kerana kehilangan keyakinan terhadap badan dan penampilan mereka. Kerana ini mereka menjadi hamba ubat-ubatan, penyakit, masalah mental dan sosial. Semua perkara ini menyekat kebahagiaan dan kehidupan mereka. Sedangkan anak yang dihalang oleh ibu bapanya membesar dengan sihat fikiran dan badan. Akibatnya mereka menjadi yakin dengan badan dan keupayaan mereka, yang membantu mereka untuk berjaya dalam hidup. Mereka bebas daripada sebarang perhambaan kepada ubat-ubatan, penyakit, masalah mental dan sosial apabila mereka membesar dengan keseimbangan dan bimbingan yang betul. Jadi kanak-kanak yang tidak mempunyai sekatan membesar menjadi hamba kepada banyak perkara, sedangkan kanak-kanak yang mempunyai sekatan membesar bebas daripada semua sekatan.

Kesimpulannya, hamba yang sebenar adalah yang menjadi hamba kepada semua perkara lain kecuali Allah Taala, seperti media sosial, masyarakat, fesyen dan budaya, dan ini membawa kepada masalah mental, fizikal dan sosial, sedangkan orang yang bebas sebenar. adalah orang yang berserah diri hanya kepada Allah, Yang Maha Tinggi, dengan itu mencapai ketenangan jiwa dan tubuh.

Ketenangan Fikiran & Badan - 11

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan mengenai langkah lebih ketat yang diambil oleh kerajaan untuk memerangi penyebaran Virus Corona.

Memandangkan orang ramai telah diletakkan dalam senario jenis penguncian, ia harus mengingatkan umat Islam untuk diletakkan di dalam lokap kekal yang bermaksud kematian. Begitu juga manusia bergegas menimbun barang keperluan harian mereka, seperti makanan, seorang muslim harus bersegera ke arah menimbun barang keperluan yang diperlukan untuk berjaya dalam kedua-dua dunia iaitu, ketaatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi,, yang melibatkan memenuhi kehendak-Nya. perintah, menjauhi larangan-Nya dan menghadapi takdir dengan sabar menurut hadis Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini seterusnya memastikan seseorang menggunakan nikmat yang telah dikurniakan dengan cara yang diredhai Allah Taala. Umat Islam harus mengambil peluang untuk berkurung dengan menimba dan bertindak berdasarkan pengetahuan Islam untuk bersedia menghadapi penutupan kekal mereka yang akan berlaku tidak lama lagi, pada masa yang tidak diketahui.

Di samping itu, umat Islam harus menggunakan masa yang ada di rumah dengan benar-benar merenung kehidupan, tindakan dan jalan yang mereka lalui. Adalah penting untuk memahami bahawa orang yang menilai dan menilai perbuatan mereka semasa hidup mereka, dengan ikhlas kerana Allah, Yang Maha Tinggi, akan diilhamkan untuk memperbaiki akhlak mereka terhadap Allah, Yang Maha Tinggi, dan makhluk. Ini akan memastikan mereka berkelakuan betul di dunia ini,

dengan menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai Allah, Yang Maha Agung, dengan itu memperoleh ketenangan fikiran, dan muhasabah diri ini akan memastikan mereka mendapat penghakiman yang mudah pada Hari Kiamat. . Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Tetapi orang-orang yang gagal menggunakan masa mereka dengan menilai diri mereka sendiri akan terus lalai dan kerana itu mengalami kehidupan yang sukar di dunia ini, kerana mereka menyalahgunakan nikmat yang diberikan kepada mereka, dan mereka akan mengalami penghakiman yang ketat dan sukar pada hari kiamat. . Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta."

Akhirnya, renungan ini tidak mungkin berlaku apabila seseorang beribadat secara berlebihan terutamanya, dalam bahasa yang mereka tidak fahami. Refleksi ini hanya berlaku apabila seseorang mengkaji dan bertindak berdasarkan Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat

dan salam ke atas baginda. Terdapat banyak pengetahuan yang tersedia dengan mengklik butang, jadi umat Islam dibiarkan tanpa alasan.

Ketenangan Fikiran & Badan - 12

Saya membaca artikel berita, yang saya ingin bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan tekanan kerja zaman moden dan mencari ketenangan dalam kehidupan seseorang. Ia adalah matlamat dan matlamat sejagat untuk semua orang, tanpa mengira agama atau kelas sosial mereka, untuk mencapai ketenangan fikiran di dunia ini. Ia adalah sebab utama mengapa orang berusaha dalam dunia material ini, bekerja berjam-jam dan menumpukan sebahagian besar usaha mereka kepada dunia ini. Orang ramai ingin mendapatkan kehidupan sedemikian di mana mereka tidak mempunyai tekanan atau kebimbangan, seperti masalah kewangan. Tetapi pelik bagaimana orang, terutamanya orang Islam, mencari ketenangan fikiran di tempat yang salah. Sama seperti seseorang yang ingin menonton perlawanan bola sepak tetapi pergi ke perlawanan kriket. Allah Ta'ala telah menjelaskan dengan jelas bahawa ketenangan jiwa yang hakiki hanya terletak pada ketaatan kepada-Nya yang melibatkan penggunaan nikmat-nikmat yang telah dianugerahkan-Nya kepada mereka dengan cara yang diredhai-Nya, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. dan selawat ke atasnya. Surah 13 Ar Ra'd, ayat 28:

"…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram."

Dan c hap 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Setiap kali seseorang mencari ketenangan fikiran di dunia material, ia hanya akan membawa mereka lebih jauh dari matlamat mereka, kerana ia akan mendorong mereka untuk menyalahgunakan nikmat yang telah diberikan. Setiap kali seseorang menetapkan sasaran berkenaan dengan dunia material ini sasaran itu hanya akan membawa kepada lebih banyak sasaran. Ini berterusan sehingga orang itu meninggalkan dunia ini tanpa memperoleh apa yang mereka cari. Adalah jelas bahawa orang kaya tidak memperoleh ketenangan fikiran yang sebenar, kerana mereka menekankan lebih daripada orang biasa dan apa sahaja yang mereka peroleh dari dunia akhirnya menjadi beban bagi mereka. Itulah sebabnya Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, dinasihatkan dalam Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2465, bahawa orang yang menumpukan perhatian kepada akhirat akan dikurniakan hati yang kaya dan Allah Taala akan mengatur urusan mereka bermakna, mereka akan memperoleh ketenangan fikiran. Tetapi orang yang menumpukan kepada dunia material hanya akan melihat kemiskinan mereka dan urusan mereka akan menjadi berselerak makna, mereka tidak akan mencapai ketenangan jiwa. Sesiapa yang mentaati Allah, Yang Maha Tinggi, akan mendapat ketenangan jiwa, walaupun mereka memiliki sedikit dari dunia ini. Tetapi orang yang tersesat dalam dunia material akan pergi dari satu pintu duniawi ke pintu dunia yang lain tetapi tidak akan pernah mendapat kedamaian sejati kerana ia tidak diletakkan di sana. Jika seseorang ingin menonton perlawanan bola sepak mereka tidak boleh pergi ke pertandingan kriket dan jika seorang muslim menginginkan ketenangan fikiran mereka tidak boleh mencarinya di dunia material, kerana ia hanya terletak pada ketaatan kepada Allah Taala.

Perlu diingat bahawa mereka yang berpegang kepada ajaran Islam akan menghadapi kesukaran sepanjang hidup mereka, kerana ini adalah terjamin. Tetapi melalui ketaatan mereka, Allah Taala akan menghilangkan rasa takut dan dukacita daripada mereka supaya mereka tetap teguh dan teguh di atas jalan yang benar. Ini adalah sama dengan orang yang hanya merasakan sedikit ketidakselesaan daripada prosedur perubatan, kerana mereka telah dibius. Ini serupa dengan bagaimana Nabi Ibrahim a.s. telah diberikan keselamatan dan keamanan walaupun dalam api yang besar. Bab 21 Al Anbiya, ayat 68-69:

" Mereka berkata, "Bakarlah dia dan sokonglah tuhan-tuhan kamu - jika kamu mahu bertindak." Kami (Allah) berfirman, "Hai api, jadilah kesejukan dan keselamatan bagi Ibrahim."

Ketenangan Fikiran & Badan - 13

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan tentang keadaan emosi orang yang cuba mengimbangi pelbagai aspek kehidupan mereka, seperti pekerjaan, kehidupan peribadi dan sosial mereka. Satu perkara yang boleh membantu seseorang untuk mengelakkan tekanan yang berkaitan dengan ini adalah dengan mengamalkan keadaan fikiran yang seimbang. Ini adalah apabila seseorang cuba mengawal emosi mereka dengan cara yang mereka tidak membenarkan diri mereka mengalami keadaan emosi yang melampau, kerana ini sering membawa kepada tekanan dan gangguan mental. Ini telah ditunjukkan dalam surah 57 Al Hadid, ayat 23 Al-Quran:

" Agar kamu tidak berputus asa terhadap apa yang luput darimu dan tidak bermegah-megah atas apa yang diberikan-Nya kepadamu…"

Islam tidak melarang seseorang daripada menunjukkan emosi, kerana ini adalah sebahagian daripada manusia. Tetapi ia menasihati keadaan minda yang seimbang di mana seseorang tidak beralih dari satu emosi yang melampau ke emosi yang lain. Bersedih dalam situasi sukar boleh diterima tetapi seseorang tidak boleh berputus asa, yang merupakan kesedihan yang melampau, kerana ini sering membawa kepada gangguan mental yang lain, seperti kemurungan. Dan menjadi gembira boleh diterima tetapi seseorang tidak boleh menjadi terlalu gembira iaitu, bergembira, kerana ini selalunya boleh membawa kepada dosa dan penyesalan di kedua-dua dunia. Seorang muslim harus berusaha untuk mendapatkan keadaan minda yang seimbang dengan mengingati nikmat yang tidak terkira banyaknya yang masih ada pada masa kesukaran yang

menghalang kesedihan yang melampau iaitu, putus asa. Dan pada masa senang mereka harus ingat bahawa mereka akan dimintai pertanggungjawaban atas perkara yang menggembirakan mereka dan jika mereka menyalahgunakannya atau gagal menunaikan kewajipan yang berkaitan dengannya, mereka mungkin menghadapi hukuman ke atasnya. Di samping itu, jika mereka menggunakan nikmat itu dengan cara yang diredhai Allah Taala, mereka akan mendapat lebih banyak keberkatan di kedua-dua alam. Bab 14 Ibrahim, ayat 7:

"Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, 'Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu…"

Berkelakuan dengan cara ini akan menghalang seseorang daripada menjadi terlalu gembira iaitu, gembira.

Keadaan fikiran yang seimbang sentiasa terbaik yang menghalang kesan negatif daripada perasaan yang melampau. Ini akan membawa seorang muslim lebih dekat kepada ketenangan jiwa yang sebenar dan ketaatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi,, yang melibatkan menunaikan perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya dan menghadapi takdir dengan kesabaran, menurut tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. atasnya. Ini seterusnya membantu seseorang dalam mendapatkan keadaan mental yang seimbang dan ketenangan fikiran dan badan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami

berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 14

Ramai orang berusaha untuk mencapai lebih banyak dalam dunia material ini walaupun mereka telah memperoleh banyak kejayaan duniawi. Walaupun begitu, Islam tidak melarang mentaliti jenis ini selagi perkara yang haram dielakkan seorang muslim harus memahami realiti yang penting. Jelaslah bahawa ketenangan jiwa tidak diperolehi dengan banyak harta dunia, seperti harta. Malah, mereka ini selalunya mereka yang akhirnya tertekan hingga membunuh diri. Keinginan duniawi manusia telah dicipta sedemikian rupa sehingga tidak kira apa yang diperolehi mereka sentiasa menginginkan lebih tanpa mengira iman dan status sosial mereka. Sebagai contoh, Firaun yang hidup pada zaman Nabi Musa a.s. memperolehi setiap nikmat dunia yang dapat dibayangkan, namun dia masih tidak memperoleh ketenangan jiwa dan kepuasan. Sebaliknya keinginannya untuk lebih mendorongnya ke tahap sedemikian rupa sehingga dia ingin disembah seperti Tuhan. Bab 79 An Naziat, ayat 24:

"Dan berkata, "Aku adalah Tuhanmu yang paling mulia."

Tidak kira apa keinginan seseorang itu hanya membawa mereka kepada keinginan lebih banyak perkara. Seseorang yang memiliki dua rumah mahukan tiga; jutawan itu mahu menjadi jutawan. Itulah sebabnya Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, memberi amaran dalam Hadis yang terdapat dalam Sahih Bukhari, nombor 6439, bahawa orang yang mempunyai satu lembah emas hanya akan menginginkan yang lain. Seorang muslim yang inginkan ketenangan jiwa yang sebenar, yang lebih

berharga daripada khazanah Bumi, seharusnya membatasi keinginan duniawi mereka. Semakin mereka mengehadkan mereka dan hanya memenuhi keperluan dan tanggungjawab mereka semakin mereka akan memperoleh ketenangan jiwa. Mentaliti ini menutup pintu keasyikan dan berusaha untuk lebih banyak perkara duniawi yang seterusnya memberi ketenangan kepada kedua-dua minda dan badan. Jika seorang muslim menggandingkan hal ini dengan usaha dalam ketaatan kepada Allah Ta'ala, yang melibatkan melaksanakan perintah-perintah-Nya, meninggalkan larangan-Nya dan menghadapi takdir dengan sabar, maka mereka akan diberikan ketenangan jiwa yang benar-benar meliputi setiap aspek kehidupan mereka. kedua-dua dunia. Tetapi semakin banyak keinginan duniawi yang mereka miliki, semakin banyak fikiran dan tubuh mereka akan disibukkan dengannya dan dengan itu semakin jauh dari ketenangan jiwa yang sebenar.

Ketenangan Fikiran & Badan - 15

Adalah penting bagi umat Islam untuk mengamalkan pemikiran yang positif kerana ia adalah alat yang hebat untuk membantu mereka ketika menghadapi kesukaran supaya mereka tetap taat kepada Allah Yang Maha Tinggi. Setiap kali seseorang menghadapi kesukaran, mereka harus sentiasa memahami kebenaran bahawa kesukaran itu mungkin lebih teruk. Jika ia adalah masalah duniawi, mereka harus bersyukur itu bukanlah suatu kesusahan yang menjejaskan iman mereka. Daripada memikirkan kesedihan serta-merta yang menyertai kesukaran, mereka harus menumpukan perhatian kepada penghujungnya dan ganjaran yang menanti bagi mereka yang menunjukkan kesabaran kerana Allah Taala. Apabila seseorang kehilangan sedikit berkat, mereka harus menceritakan nikmat yang tidak terhitung yang masih mereka miliki. Dalam setiap kesusahan, seorang muslim harus mengingati ayat Al-Quran yang mengingatkan umat Islam bahawa terdapat banyak hikmah yang tersembunyi dari kesusahan dan ujian yang tidak mereka perhatikan. Oleh itu, situasi yang mereka hadapi adalah lebih baik daripada situasi yang mereka inginkan. Surah 2 Al Baqarah, ayat 216:

“…Tetapi boleh jadi kamu membenci sesuatu dan ia baik bagimu; dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu dan ia amat buruk bagimu. Dan Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui."

Sebagai kesimpulan, seorang muslim harus merenung fakta-fakta ini dan lain-lain supaya mereka mengamalkan minda positif yang merupakan

elemen utama dalam menangani kesukaran dengan cara yang membawa kepada rahmat yang tidak terkira di kedua-dua dunia. Ingat, cawan itu bukan separuh kosong sebaliknya separuh penuh.

Ketenangan Fikiran & Badan - 16

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan kes bunuh diri yang disebabkan oleh kemurungan dan kesedihan yang teruk. Adalah penting bagi umat Islam untuk berusaha dalam ketaatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi, dengan menggunakan nikmat yang telah dikurniakan-Nya kepada mereka dengan cara yang diredhai-Nya, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atas dia, kerana Dia telah menjamin kehidupan yang baik di kedua-dua dunia bagi orang yang berkelakuan dengan cara ini. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. .”

Kehidupan yang baik ini akan melindungi seorang muslim daripada kesedihan yang teruk, kemurungan dan lain-lain perasaan melampau dan gangguan mental yang boleh memusnahkan kehidupan seseorang. Walaupun umat Islam akan menghadapi kesukaran yang akan mendukacitakan mereka tetapi jika mereka taat kepada Allah, kesedihan ini tidak akan menjadi melampau dan memberi kesan sepanjang hayat mereka secara jangka panjang. Ini kerana seorang muslim yang berusaha dalam ketaatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi, mempunyai alasan yang sangat

baik untuk terus bergerak ke hadapan melalui kesukaran mereka tanpa berputus asa dan beralih kepada kemurungan dan bahkan membunuh diri. Sebagai contoh, mereka menantikan ganjaran yang tidak terkira banyaknya yang akan diberikan kepada pesakit. Bab 39 Az Zumar, ayat 10:

"…Sesungguhnya orang yang sabar akan diberikan pahala mereka tanpa hisab [iaitu, had]."

Sedangkan, orang Islam yang tidak berusaha dalam ketaatan kepada Allah, Yang Maha Tinggi,, dan hanya mengaku sebagai seorang muslim dengan lidahnya, tidak akan diberikan sikap dan kehidupan yang baik ini. Dan apabila mereka menghadapi kesukaran, ia akan mendorong mereka kepada mood yang melampau dan gangguan mental yang akan memusnahkan seluruh hidup mereka. Ini juga boleh berlaku kepada mereka yang hanya menunaikan kewajipan asas dan gagal menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai Allah Taala, seperti masa, kesihatan dan harta mereka, kerana mereka menderhaka kepada-Nya melalui nikmat-nikmat ini.

Ketenangan Fikiran & Badan - 17

Saya membaca artikel berita sebentar tadi, yang ingin saya bincangkan secara ringkas. Ia melaporkan tentang kesukaran untuk mengimbangi dan memenuhi semua tugas duniawi seseorang dalam dunia moden dan tekanan yang berkaitan dengannya. Umat Islam harus memahami bahawa jika mereka ingin mengelakkan tekanan biasa ini, mereka harus mengutamakan setiap tugas dan tanggungjawab dengan betul. Ini hanya mungkin apabila seseorang melakukan ini mengikut ajaran Islam dan bukannya keinginan mereka atau keinginan orang lain. Setiap kali seseorang menyusun semula senarai keutamaan yang dinasihatkan dalam Islam, ia sentiasa membawa kepada kesukaran dan tekanan. Sebagai contoh, apabila seseorang berusaha secara berlebihan dalam dunia material di luar keperluan dan keperluan mereka sehingga mengabaikan tanggungjawab mereka yang lain, seperti membesarkan anak-anak mereka dengan betul, ia tidak akan membawa mereka kepada apa-apa melainkan tekanan dari kedua-dua yang mereka perolehi dan daripada anak-anak mereka yang sesat. Orang yang tidak mengutamakan tugas dengan betul adalah seperti pelajar universiti yang mengutamakan keseronokan daripada membuat persiapan untuk peperiksaan. Ini hanya membawa mereka memperoleh ijazah yang lemah dan pekerjaan yang sukar. Kerana tersilap mengutamakan mereka melepaskan kehidupan yang mudah melalui pekerjaan yang baik untuk beberapa tahun keseronokan di universiti yang membawa kepada kehidupan yang sukar dalam jangka masa panjang.

Pengutamaan yang tidak betul memberi kesan kepada setiap aspek kehidupan seseorang dan ia boleh membawa kepada dosa jika seseorang mentaati manusia daripada Allah Taala. Oleh itu, adalah penting bagi umat Islam untuk mengikuti keutamaan yang ditetapkan oleh Islam yang bermula

dengan ketaatan kepada Allah, Yang Maha Mulia, dan Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, di atas semua yang lain. Ini hanya boleh diperolehi dengan mencari dan bertindak berdasarkan ilmu Islam. Melalui ini, seorang muslim akan mengutamakan segala-galanya dan setiap orang dalam kehidupan mereka dengan betul dan menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai oleh Allah Taala, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. atas dia . Ini akan membawa kepada anugerah ketenangan jiwa dan badan yang berharga dan jarang berlaku di dunia ini dan kebahagiaan yang kekal di akhirat. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 18

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Umat Islam sering ditipu untuk mempercayai bahawa walaupun belajar dan mengamalkan Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, membawa kepada syurga di akhirat, namun jika mereka memilih jalan ini maka mereka akan sengsara. di dunia ini. Mereka yakin bahawa keamanan di dunia ini hanya terletak pada memenuhi keinginan seseorang sedangkan Islam mengajar seseorang untuk mengawal nafsu mereka, bukan melepaskannya. Maka dalam fikiran mereka, kedamaian di dunia dan kedamaian di akhirat kedua-duanya diperoleh melalui dua jalan yang berbeza. Ini adalah tidak benar sama sekali, kerana Allah Taala, sebenarnya telah meletakkan ketenangan fikiran di kedua-dua alam dalam satu jalan yang lurus, iaitu jalan Islam. Seseorang tidak boleh tertipu dengan media sosial, fesyen dan budaya dan sebaliknya sentiasa ingat bahawa Pengatur hati, yang merupakan stesen ketenangan jiwa, tidak lain dan tidak bukan adalah Allah Yang Maha Tinggi. Ertinya, Allah jualah yang menentukan siapa yang mendapat ketenangan jiwa di dunia ini, sebagaimana Dia sahaja yang menentukan siapa yang mendapat syurga di akhirat. Oleh itu, seseorang mesti mencari ketenangan jiwa di kedua-dua dunia dengan ketaatan yang ikhlas kepada Allah Taala. Ini melibatkan penggunaan berkat yang telah diberikan kepada-Nya dengan cara yang diredhai-Nya, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri

balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Jika seseorang secara salah percaya bahawa ketenangan fikiran di dunia ini dan kedamaian di dunia seterusnya diperolehi melalui dua jalan yang berbeza , mereka pasti akan cuba mendapatkan ketenangan fikiran di dunia ini dan menangguhkan persiapan praktikal untuk akhirat. Sikap ini hanya akan menghalang mereka daripada memperoleh ketenangan fikiran di kedua-dua dunia. Bab 20 Taha, ayat 124-126:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta." Dia akan berkata: "Ya Tuhanku, mengapa Engkau menghimpunkan aku dalam keadaan buta, padahal aku dahulunya adalah seorang yang melihat?" [Allah] berfirman, "Demikianlah telah datang kepadamu ayat-ayat Kami, maka kamu melupakannya, dan demikian pula kamu pada hari ini dilupakan".

Ketenangan Fikiran & Badan - 19

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Ia diterima secara meluas bahawa apabila sesuatu ciptaan gagal memenuhi matlamat utama kewujudannya maka ia dianggap gagal, walaupun ia mempunyai banyak ciri yang baik. Sebagai contoh, telefon dengan banyak ciri cemerlang, seperti kamera berkualiti tinggi, akan dianggap gagal jika ia tidak boleh digunakan untuk membuat panggilan telefon, yang merupakan fungsi utamanya. Begitu juga manusia adalah ciptaan dan ciptaan Allah Ta'ala dengan tujuan tertentu. Bab 51 Adh Dhariyat, ayat 56:

"Dan tidaklah Aku ciptakan jin dan manusia melainkan untuk beribadah kepadaKu."

Satu-satunya tujuan manusia adalah untuk beribadah, ertinya, mentaati Allah Yang Maha Tinggi. Ketaatan yang ikhlas ini melibatkan menunaikan perintah Allah Taala, menjauhi larangan-Nya dan menghadapi takdir dengan sabar mengikut hadis Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini akan memastikan seseorang menggunakan setiap nikmat yang dianugerahkan oleh Allah Taala, dengan cara yang diredhai-Nya.

Tetapi orang yang gagal memenuhi tujuan mereka akan menjalani kehidupan yang tidak bermakna dan tidak bermatlamat, walaupun mereka

mencapai banyak kejayaan duniawi. Ini cukup jelas apabila seseorang memerhatikan masyarakat. Mereka akan melihat dengan jelas bahawa mereka yang telah mencapai banyak kejayaan duniawi adalah yang paling dilanda kebimbangan, tertekan, tertekan dan ketagih dadah dan alkohol berbanding orang lain. Ini berlaku kerana mereka gagal memenuhi tujuan penciptaan mereka, yang menyebabkan mereka menyalahgunakan nikmat yang telah dianugerahkan oleh Allah Taala. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit."

Seorang Muslim tidak boleh menipu dirinya sendiri untuk mempercayai bahawa mereka mempunyai tujuan hidup jika mereka gagal menggunakan nikmat dunia mereka dengan cara yang diredhai Allah Taala, walaupun mereka menunaikan kewajipan asas, seperti solat fardu lima waktu. Tujuan seseorang melangkaui beberapa ritual dan amalan harian dan tahunan. Ia sebenarnya merangkumi setiap nafas dan setiap aspek kehidupan seseorang contohnya kewangan, peribadi, sosial, pekerjaan dan kehidupan keluarga. Orang Islam yang gagal memenuhi tujuannya adalah seperti pasu yang kelihatan cantik dari luar, kerana mereka menunaikan kewajipan asasi, tetapi seperti pasu kosong di dalamnya, begitu juga dengan kehidupan mereka. Inilah sebab mengapa ramai orang Islam yang menunaikan kewajipan asasi masih mengalami tekanan mental dan kemurungan kerana mereka gagal memahami bahawa tujuan mereka merangkumi seluruh kehidupan mereka, bukan hanya beberapa jam dalam sehari atau beberapa hari dalam setahun.

Salah satu sebab utama realiti ini terlepas pandang oleh ramai orang termasuk umat Islam adalah kerana peniruan buta terhadap masyarakat, fesyen, budaya dan media sosial. Apabila seseorang itu gagal menggunakan akalnya, maka mereka akan secara salah percaya bahawa kehidupan yang bermakna terdapat dalam perkara duniawi, seperti harta, kerjaya, kawan atau keluarga. Seseorang mesti mengelak daripada bertindak seperti lembu dan sebaliknya belajar daripada ajaran Islam dan dengan memerhati pilihan hidup orang lain dan akibatnya . Apabila seseorang melakukan ini dengan betul, mereka akan memahami bahawa kewujudan yang bermakna tidak terletak pada mengejar perkara duniawi, ia hanya terletak pada memenuhi tujuan penciptaan seseorang, sama seperti nilai yang diberikan kepada ciptaan yang memenuhi fungsi utama penciptaan. Gagal menyedari ini adalah tragedi sebenar umat manusia.

Semua orang mesti berusaha untuk memenuhi tujuan penciptaan mereka, yang melibatkan penggunaan berkat yang telah dianugerahkan kepada mereka dengan cara yang diredhai Allah, Yang Maha Tinggi, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya , kerana hanya ini membawa kepada kehidupan yang bermakna, bermatlamat dan aman di kedua-dua dunia. Bab 13 Ar Ra'd, ayat 28:

“…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram.”

Dan surah 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 20

Salah satu matlamat paling asas Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atas baginda, adalah untuk manusia mencapai ketenangan badan dan fikiran di dunia ini. Bab 13 Ar Ra'd, ayat 28:

"…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram."

Dan surah 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ini hanya dicapai apabila seseorang itu ikhlas mematuhi dan mengikuti dua sumber hidayah ini, yang seterusnya membimbing seseorang untuk menggunakan nikmat yang telah diberikan dengan betul, bermakna, dengan cara yang diredhai Allah Taala, dan membantu mereka mengutamakan perkara dan manusia. dalam kehidupan mereka dengan betul supaya

mereka memperoleh ketenangan jiwa dan badan. Ini seperti perpustakaan buku yang telah disusun dalam susunan yang betul, yang membolehkan seseorang mencari buku yang mereka perlukan dengan mudah dengan kerumitan yang minimum. Manakala, orang yang gagal mengikut petunjuk dua sumber hidayah itu, sehingga menyalahgunakan nikmat yang dikurniakan dan salah mengutamakan perkara dan manusia dalam kehidupan mereka, umpama perpustakaan buku yang tidak tersusun sama sekali. Mencari buku tertentu di perpustakaan ini akan menjadi sangat sukar, menekan dan memakan masa dan seseorang mungkin tidak menemui buku yang mereka inginkan.

Sama seperti perpustakaan yang teratur, apabila seseorang tulus mematuhi dan mengikuti dua sumber bimbingan mereka akan meletakkan segala-galanya pada tempatnya yang sepatutnya dalam kehidupan mereka, dengan itu membawa mereka kepada ketenangan fikiran dan badan. Bab 10 Yunus, ayat 57-58:

“ Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Katakanlah: "Dengan karunia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira, itu lebih baik daripada apa yang mereka kumpulkan."

Ketenangan Fikiran & Badan - 21

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Sudah lazim diterima bahawa untuk mendapatkan ketenangan jiwa dan badan seseorang itu mesti memperoleh keadaan mental dan fizikal yang teratur dan seimbang. Sebagai contoh, keadaan yang teratur dan seimbang adalah seperti perpustakaan buku yang disusun dalam susunan yang baik, yang membolehkan seseorang mencari buku yang mereka inginkan dengan mudah. Manakala, keadaan yang tidak tersusun dan tidak seimbang adalah seperti perpustakaan buku yang tidak tersusun yang menyukarkan pencarian buku tertentu dan menekan. Keadaan minda dan badan yang teratur dan seimbang membolehkan seseorang meletakkan segala-galanya dan semua orang di tempat yang sesuai dalam kehidupan seseorang di mana mereka mengelakkan keterlaluan dalam beberapa aspek kehidupan mereka sambil mengabaikan aspek lain. Ini membawa kepada ketenangan fikiran dan badan.

Tetapi adalah penting untuk ambil perhatian bahawa seseorang tidak boleh mencapai hasil ini semasa mengikuti masyarakat, fesyen dan budaya, kerana perkara-perkara ini secara semula jadi berubah-ubah dan sering berubah dari satu ekstrem ke yang lain. Sebagai contoh, apa yang dianggap sebagai tingkah laku menyimpang beberapa tahun yang lalu dianggap sebagai norma hari ini. Perkara yang dianggap paling penting oleh masyarakat, seperti berkahwin, beberapa generasi lalu, kini dianggap sebagai membuang masa dan tenaga. Tidak lama dahulu, masyarakat akan menggesa orang ramai untuk berkorban dan mengutamakan perasaan dan kebahagiaan orang lain daripada diri sendiri. Sedangkan, pada masa kini masyarakat menggesa manusia hanya mementingkan kehendak sendiri dan tidak mengendahkan teguran orang lain sama ada membina atau tidak.

Maksudnya, seseorang hanya perlu mempertimbangkan kebahagiaan mereka sendiri dalam setiap keadaan. Contoh-contohnya tidak berkesudahan bagaimana masyarakat, media sosial, fesyen dan budaya sentiasa berayun dari satu ekstrem ke satu ekstrem yang lain. Sikap ini akan sentiasa menghalang seseorang daripada memperoleh keadaan fikiran dan badan yang teratur dan seimbang, yang membawa kepada ketenangan jiwa dan badan.

Satu-satunya cara seseorang itu boleh mengelak daripada berubah daripada keterlaluan adalah dengan belajar dan bertindak mengikut ajaran Islam, kerana ia disesuaikan dengan fitrah manusia, sesuatu yang tidak lekang oleh masa, dan ajaran ini tidak bergoyang dengan perkara yang berubah-ubah seperti masyarakat, media sosial, fesyen dan budaya. Apabila seseorang berpegang teguh pada ajaran Islam mereka akan meletakkan segala-galanya dan setiap orang di tempat yang betul dalam kehidupan mereka dan mengelakkan keterlaluan dalam beberapa aspek kehidupan mereka sambil mengabaikan perkara lain. Ini akan memastikan mereka memperoleh keadaan yang teratur dan seimbang, yang seterusnya membawa kepada ketenangan fikiran dan badan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 22

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Walaupun seseorang tertipu untuk menyimpang dari sumber ketenangan jiwa dan raga di kedua-dua dunia, iaitu, ketaatan yang ikhlas kepada Allah, Yang Maha Tinggi, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah diberikan kepada seseorang dengan cara yang diredhai-Nya, oleh banyak orang. faktor, hanya dua faktor utama yang akan dibincangkan.

Faktor pertama ialah sikap yang mendorong seseorang untuk mengikuti majoriti orang secara membabi buta. Salah satu hujah utama yang dibuat setiap bangsa terhadap Nabi Suci mereka, saw, yang menyeru mereka kepada tata cara hidup yang lebih baik dan lebih tinggi, adalah bagaimana Nabi saw dan pengikut mereka yang sedikit itu benar, manakala sebahagian besar orang yang menolak mereka, adalah salah. Apabila seseorang memerhati masyarakat, media sosial, fesyen dan budaya mereka akan percaya bahawa ketenangan jiwa yang sebenar terletak pada memenuhi keinginan dan memperoleh kemewahan dunia, seperti kekayaan, rumah besar, perniagaan dan kerjaya. Sedangkan, mereka yang mengikuti ajaran Islam, menegaskan bahawa ketenangan jiwa hanya terletak pada ketaatan yang ikhlas kepada Allah, Yang Maha Tinggi, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan kepada Allah, Yang Maha Tinggi,. Untuk mengelak daripada terpedaya dengan sikap yang mendorong seseorang untuk mengikut majoriti, seseorang harus memerhati dan merenung orang yang mendapat perkara duniawi yang disebutkan tadi dan bagaimana perkara itu hanya meningkatkan tekanan, kebimbangan dan kemurungan mereka dan mendorong mereka ke arah penyalahgunaan bahan. dan juga bunuh diri. Sebaliknya, orang-orang yang ikhlas mentaati Allah Ta’ala, hidup

dengan ketenangan jiwa, walaupun dengan kekurangan kemewahan duniawi.

Faktor kedua ialah apabila syaitan meyakinkan seseorang bahawa jika mereka meninggalkan keinginan duniawi mereka dan sebaliknya menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai Allah, maka mereka tidak akan pernah bahagia di dunia ini, sebagai kebahagiaan dan kedamaian. fikiran berkait secara langsung dengan memenuhi keinginan seseorang. Walaupun ini terdengar meyakinkan, ia tidak lain hanyalah penipuan. Sebenarnya ketenangan fikiran adalah keadaan mental yang terdapat dalam hati seseorang. Hanya Allah yang Maha Tinggi yang menguasai hati manusia. Jika Dia menghendaki, Dia membuat damai memasukinya dan jika Dia menghendaki, Dia menjadikan kegelapan dan kesempitan memasukinya. Hasil ini tidak ada kaitan dengan nikmat duniawi yang dimiliki seseorang. Hasil ini terikat secara langsung dengan seberapa banyak atau sedikit seseorang itu dengan tulus mengingati dan mentaati Allah, Yang Maha Tinggi, dengan menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai-Nya, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. dan selawat ke atasnya. Jika seseorang mentaati Allah Ta'ala, maka Dia akan memberikan ketenangan ke dalam hati mereka. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. .”

Dan surah 13 Ar Ra'd, ayat 28:

“…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram.”

Sedangkan orang yang menderhakai Allah Ta'ala akan mendapati kegelapan di dalam hatinya, walaupun dunia berada di kakinya. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit."

Mereka mungkin mengalami detik-detik keseronokan dan hiburan tetapi secara keseluruhan hidup mereka akan menjadi sengsara. Bab 9 At Taubah, ayat 82:

"Maka hendaklah mereka ketawa sedikit dan (kemudian) menangis banyak sebagai balasan terhadap apa yang mereka telah usahakan."

Seperti yang dinyatakan sebelum ini, kedua-dua hasil ini jelas apabila seseorang memerhatikan berita, media sosial dan mereka yang menikmati kemewahan dunia berbanding mereka yang berusaha untuk mentaati Allah, Yang Maha Tinggi.

Kesimpulannya, seorang Muslim mesti mengelakkan dua faktor yang menghalang seseorang daripada memperoleh keamanan di kedua-dua dunia. Salah satu aspeknya ialah memperoleh iman yang kuat dengan mempelajari dan mengamalkan ajaran Islam. Ini akan memastikan mereka memilih jalan yang betul dalam hidup, walaupun itu bermakna mereka menentang mentaliti majoriti orang. Harga yang kecil untuk dibayar untuk mendapatkan ketenangan fikiran di kedua-dua dunia. Bab 31 Luqman, ayat 33:

"...Sesungguhnya janji Allah adalah benar, maka janganlah sekali-kali kehidupan dunia memperdayakan kamu dan jangan diperdayakan oleh penipu [iaitu syaitan] tentang Allah."

Ketenangan Fikiran & Badan - 23

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Ramai orang, termasuk orang Islam, mencari nasihat dan maklumat yang boleh mengurangkan masalah mental mereka, seperti tekanan, kebimbangan dan kemurungan, daripada sumber duniawi, seperti guru bantu diri, ahli psikologi dan kaunselor. Walaupun beberapa maklumat dan nasihat yang mereka boleh perolehi daripada sumber-sumber ini adalah baik, kerana ia berkaitan dengan ajaran Islam, namun sebahagian besar nasihat dan maklumat mereka tidak akan berguna, kerana ia dibatasi oleh terlalu banyak faktor yang menghalang ia sepenuhnya berguna. Sebagai contoh, pengetahuan dan pengalaman kaunselor akan sentiasa terhad, tidak kira berapa banyak pembelajaran yang telah mereka lakukan atau berapa ramai pesakit yang telah mereka kaunseling. Perspektif mereka akan sentiasa terhad, kerana mereka hanya boleh memerhati dan mengalami mentaliti dan tingkah laku orang lain dari sudut pandangan yang terhad. Mereka hanya tahu apa yang pesakit kongsikan dengan mereka dan tidak menyedari banyak perasaan dan emosi yang pesakit mereka tidak kongsi dengan mereka, kerana mereka mungkin sukar untuk menyatakannya dengan kata-kata. Penyelidik dihadkan oleh sampel orang yang telah mereka ambil semasa eksperimen mereka. Batasan ini berkaitan dengan umur, bangsa, etnik, kelas sosial, agama, dan banyak lagi. Di samping itu, seorang kaunselor atau guru bantu diri mungkin mempunyai kecenderungan tidak sedar untuk atau terhadap sikap dan tingkah laku tertentu kerana pengalaman mereka sendiri. Sebagai contoh, seorang kaunselor lelaki akan lebih mudah memahami pemikiran seseorang lelaki. Kaunselor mungkin cenderung kepada pemikiran tertentu kerana hubungan peribadi mereka. Sebagai contoh, seorang kaunselor mungkin secara tidak sedar membayangkan bekas isteri mereka semasa menjalankan sesi terapi pasangan. Semua bias ini tidak dapat dielakkan kerana manusia dibentuk oleh pengalaman mereka dan banyak dipengaruhi oleh alam bawah sedar mereka.

Satu-satunya yang boleh membantu sepenuhnya kesihatan mental seseorang ialah orang yang benar-benar tidak berat sebelah dalam setiap situasi dan keadaan. Orang yang pengetahuannya sepenuhnya merangkumi setiap jenis emosi, tingkah laku, pemikiran dan ciri yang boleh dialami oleh manusia. Dia yang tahu ubat untuk setiap masalah mental. Orang yang bebas daripada membuat kesilapan dalam mendiagnosis keadaan mental. Satu-satunya yang dapat mencapai semua ini dan lebih banyak lagi ialah Allah Yang Maha Tinggi. Surah 67 Al Mulk, ayat 14:

"Tidakkah Dia mengetahui siapa yang Dia ciptakan..."

Oleh itu, jika seseorang menginginkan penawar untuk masalah mental mereka, mereka mesti mencarinya daripada Allah, Yang Maha Tinggi, dengan memperoleh dan bertindak berdasarkan ajaran Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Melalui kaedah ini, ilmu-ilmu duniawi yang selari dengan ajaran Islam kemudiannya akan memberi manfaat kepada mereka juga. Surah 21 Al Anbiya, ayat 10:

"Sesungguhnya Kami telah menurunkan kepadamu sebuah Kitab [iaitu, Al-Qur'an] yang di dalamnya terdapat sebutan bagimu. Maka apakah kamu tidak dapat berfikir?"

Dan surah 10 Yunus, ayat 57:

"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit yang ada dalam dada..."

Ketenangan Fikiran & Badan - 24

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Setiap kali seseorang bertujuan untuk menikmati kemewahan yang halal dari dunia material, mereka akan sentiasa melihat bagaimana rasa manis yang dihasilkannya dalam hati mereka hilang dengan cepat. Sebagai contoh, apabila seseorang pulang dari bercuti, kemanisan pengalaman percutian dengan cepat hilang, dan oleh itu mereka mula merancang percutian seterusnya untuk merasai semula kemanisan itu. Apabila seseorang itu selesai menonton filem atau rancangan televisyen, kemanisan yang dialami dengan cepat hilang dan akibatnya mereka ingin menonton sesuatu yang lain untuk merasai semula kemanisan itu semula. Ini benar untuk semua perkara yang berdosa atau sia-sia. Keinginan ini untuk merasai semula kemanisan perkara yang memacu industri hiburan. Sebaliknya, kemanisan yang dialami daripada apa-apa yang berkaitan dengan keredhaan Allah Taala, adalah sesuatu yang sentiasa kekal di dalam hati seseorang. Sebagai contoh, orang Islam yang ikhlas menunaikan Ibadah Haji terus merasai kemanisannya di hati berpuluh tahun kemudian. Orang Islam yang ikhlas menyiapkan projek kebajikan, seperti membina Masjid atau menaja anak yatim, terus merasai manisnya sedekah itu untuk tahun-tahun mendatang. Kerana realiti ini, orang yang ingin merasakan kemanisan batin secara berterusan hendaklah mencarinya dalam perkara yang diredhai Allah Taala, dan bukan perkara yang sia-sia atau berdosa.

Kedua, realiti ini adalah tanda yang kuat yang menunjukkan apa yang benar-benar bernilai di dunia ini. Apa-apa sahaja yang bertahan mempunyai nilai tetapi perkara yang cepat pudar adalah berubah-ubah, dan oleh itu tidak mempunyai nilai atau nilai sebenar. Bab 16 An Nahl, ayat 96:

"Apa yang kamu miliki akan berakhir, tetapi apa yang ada pada Allah adalah kekal..."

Nilai setiap orang adalah mengikut apa yang mereka kejar. Jika mereka mengejar apa yang kekal dan berharga, maka mereka akan mempunyai nilai dan keamanan dan tindakan mereka akan kekal. Tetapi jika mereka mengejar perkara yang berubah-ubah dan tidak bernilai, maka rasa keseronokan mereka akan cepat hilang dan kehidupan mereka juga akan menjadi tidak bernilai.

Ketenangan Fikiran & Badan - 25

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Walaupun masyarakat, media sosial, fesyen dan budaya menggesa manusia untuk mencari ketenangan jiwa dalam memenuhi keinginan mereka, adalah jelas apabila seseorang merenung ajaran Islam dan kesihatan mental dan keadaan mereka yang cuba mendapatkan ketenangan jiwa melalui memenuhi keinginan mereka. , bahawa kepercayaan umum ini adalah salah sama sekali. Mereka yang memenuhi keinginan mereka selalunya adalah yang paling jauh dari ketenangan fikiran, kerana mereka sering diburu oleh isu-isu mental seperti tekanan, kebimbangan, kemurungan dan kecenderungan untuk membunuh diri dan sering tenggelam dalam ketagihan dadah dan alkohol.

Seseorang mesti memahami bahawa mendapatkan ketenangan fikiran dan memenuhi semua keinginan seseorang tidak boleh bercampur, seperti api dan ais tidak boleh bercampur. Semakin seseorang mencari salah satu dari dua ini, semakin jauh mereka pergi dari yang lain, seperti orang yang pergi ke timur akan pergi lebih jauh dari barat. Oleh itu, seseorang mesti memilih dan berusaha untuk satu atau yang lain, mendapatkan kedua-duanya, dalam semua keadaan, adalah tidak mungkin. Memandangkan memenuhi keinginan seseorang membawa mereka jauh dari ketenangan fikiran dan ke arah semua jenis masalah mental dan kesihatan, pilihan yang bijak ialah mencari ketenangan fikiran dan berhenti mengejar semua keinginan seseorang. Sebagaimana Allah, Yang Maha Tinggi, mencipta dan mengawal hati rohani manusia, tempat tinggal kedamaian, mereka mesti memahami bahawa mereka hanya akan memperolehnya melalui ketaatan kepada-Nya. Ini melibatkan penggunaan berkat yang telah Dia berikan kepada seseorang dengan cara yang diredhai-Nya. Ini dijelaskan dalam Al-Quran dan dalam tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Semakin seseorang tulus mentaati Allah Ta'ala, dengan menggunakan berkat-berkat mereka

dengan betul, semakin banyak ketenangan jiwa yang akan mereka peroleh. Ketenangan jiwa yang lebih berharga dan memuaskan daripada memenuhi keinginan duniawi yang mungkin ada. Bermakna, melalui ketenangan fikiran seseorang lebih daripada pampasan untuk melepaskan keinginan duniawi mereka di dunia dan akhirat. Bab 13 Ar Ra'd, ayat 28:

"…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram."

Dan surah 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Sebaliknya, orang yang menggunakan nikmat yang telah dikurniakan dengan cara yang menyenangkan dirinya, hanya meninggalkan ketenangan jiwa dan oleh itu mereka akan menghadapi kehidupan yang sengsara di kedua-dua dunia, walaupun mereka memenuhi semua keinginan dunia mereka dan memperoleh. semua yang dunia tawarkan. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta."

Untuk membuat kesimpulan, seseorang mesti memahami bahawa mendapatkan ketenangan fikiran dan memenuhi semua keinginan duniawi seseorang tidak boleh digabungkan bersama di dunia ini. Seseorang mesti memilih satu daripada yang lain dan tidak memerlukan seorang ulama untuk memutuskan mana yang harus dipilih.

Ketenangan Fikiran & Badan - 26

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Orang Islam yang pergi ke tempat-tempat suci yang istimewa, seperti Mekah dan Madinah, sering menyatakan bahawa mereka mendapati banyak ketenangan jiwa dan badan di sana. Walaupun tempat-tempat suci yang mempunyai hubungan istimewa dengan Allah, Yang Maha Tinggi, menerima bahagian yang lebih besar daripada rahmat-Nya, yang merupakan sebab untuk keadaan aman mereka, tidak kurang, sebab penting lain adalah tindakan umat Islam yang melakukan perjalanan ke sana. Lazimnya orang Islam yang melakukan perjalanan ke tempat-tempat suci ini meningkatkan ketaatan yang tulus kepada Allah, Yang Maha Agung, dalam tindakan dan ucapan mereka, sepanjang hari mereka. Sebagai contoh, mereka akan menunaikan solat fardhu di Masjid, menggunakan harta mereka, seperti masa mereka, dengan cara yang diredhai Allah Taala, dan menjadi lebih berhati-hati dalam melakukan dosa lisan dan fizikal. Ini adalah syarat-syarat yang telah ditetapkan oleh Islam untuk mendapatkan ketenangan jiwa dan badan. Bab 13 Ar Ra'd, ayat 28:

“…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram.”

Dan surah 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya Kami akan memberinya kehidupan yang baik..."

Dalam kebanyakan kes, apabila umat Islam kembali ke tanah air mereka, mereka tidak mengekalkan ketaatan ini dalam aktiviti seharian mereka, bermakna, mereka tidak terus menggunakan sumber dan rezeki yang telah diberikan kepada mereka, seperti masa mereka, dengan cara yang diredhai Allah. , Yang Maha Mulia, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini adalah benar walaupun mereka menunaikan sedikit kewajipan Islam. Sebaliknya, mereka lebih menumpukan perhatian untuk menggunakan berkat mereka dengan cara yang menyenangkan diri mereka sendiri dan orang lain. Ini menghalang mereka daripada memenuhi syarat yang ditetapkan oleh Islam untuk mendapatkan ketenangan jiwa dan badan. Akibatnya, mereka mula salah percaya bahawa keamanan terletak pada tempat tertentu apabila ia sebenarnya terletak pada ketaatan yang ikhlas kepada Allah, Yang Maha Tinggi, dan oleh itu tidak terikat oleh masa atau ruang.

Ketenangan Fikiran & Badan - 27

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Salah satu sebab utama umat Islam yang menunaikan kewajipan asas seperti solat fardu lima waktu, masih gagal mencapai ketenangan jiwa adalah kerana mereka mengambil ajaran Islam di luar konteks mereka dan menerapkannya dalam kehidupan mereka mengikut keinginan mereka sendiri. Walaupun mereka percaya bahawa mereka bertindak mengikut ajaran Islam, mereka sebenarnya hanya mengikuti apa-apa kecuali keinginan mereka sendiri. Ini menghalang mereka daripada menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai oleh Allah Taala, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atas baginda. Ini menyebabkan mereka lupa kepada Allah Taala dalam aktiviti harian mereka, walaupun mereka berjaya menunaikan kewajipan asasi. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit."

Seseorang yang ingin memenuhi keinginannya yang halal tetapi sia-sia akan mengambil ayat-ayat tertentu dari Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,, di luar konteks untuk menyokong keinginan dan matlamat mereka. Sebagai contoh, orang ini akan salah tafsir surah 28 Al Qasas, ayat 77:

"Tetapi carilah negeri akhirat dengan apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari dunia..."

Mereka akan mendakwa bahawa ayat ini menggalakkan seseorang untuk menikmati kesenangan dunia yang halal. Walaupun Islam tidak melarang keinginan duniawi yang halal, namun ia memberi amaran terhadap terlalu memanjakannya, kerana ini menghalang seseorang daripada mempersiapkan diri secara praktikal untuk akhirat, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai Allah Taala. Inilah maksud ayat ini. Seseorang tidak boleh meninggalkan dunia atau meninggalkan memenuhi keperluan mereka di dalamnya. Sebaliknya, mereka harus menggunakan nikmat duniawi mereka dengan cara yang diredhai Allah Taala, tanpa mengabaikan keperluan mereka atau keperluan tanggungan mereka.

Contoh lain ialah apabila ibu bapa memetik ayat-ayat dan Hadis-hadis yang menyebut tentang kemuliaan ibu bapa dan menggunakannya untuk membuktikan bahawa anak-anak mereka mesti sentiasa mentaatinya dan jangan sekali-kali bertentangan dengan mereka. Walaupun ajaran Islam memang menekankan kepentingan melayan ibu bapa dengan penuh hormat dan kebaikan, tetapi ini tidak bermakna mereka harus membuta tuli dalam setiap situasi. Mereka tidak boleh mentaatinya jika ia melibatkan kemaksiatan kepada Allah Taala. Dan anak-anak mempunyai hak untuk tidak bersetuju dengan ibu bapa mereka dalam perkara yang halal, selagi mereka mengekalkan rasa hormat. Mereka juga dibenarkan membuat pilihan yang sah yang tidak dipersetujui oleh ibu bapa mereka. Sebagai contoh, jika ibu bapa ingin anak perempuan mereka berkahwin dengan saudara mereka, dia mempunyai hak penuh untuk menolak lamaran itu, terutamanya jika dia mempunyai alasan yang sah, seperti lelaki itu tidak dapat menanggung kewangannya jika mereka berkahwin.

Mengeluarkan ajaran Islam daripada konteks yang sepatutnya adalah punca utama kesesatan dan gagal menunaikan hak Allah, Yang Maha Mulia, dan manusia. Ia boleh membawa kepada hujah yang boleh dielakkan terutamanya, apabila seseorang menyalahgunakan ajaran Islam terhadap orang lain. Ubat untuk ini adalah dengan terlebih dahulu mengamalkan niat yang baik, iaitu untuk mendapatkan keredhaan Allah, dalam semua keadaan dan kemudian untuk mendapatkan dan mengamalkan ilmu Islam dengan betul. Ini membawa kepada pemenuhan hak Allah, Yang Maha Tinggi, dan manusia dan keamanan dan kejayaan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 28

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Salah satu fahaman palsu yang diterima oleh sesetengah orang ialah mereka mengharapkan tidak menghadapi kesulitan di dunia ini jika mereka mentaati Allah Taala. Pertama sekali, ketaatan kepada Allah Ta'ala, melampaui beberapa kewajipan, seperti solat fardu lima waktu, dan melibatkan penggunaan semua nikmat yang telah dianugerahkan kepada Allah Ta'ala, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atas baginda. Orang yang berkelakuan seperti ini akan diberikan ketenangan jiwa dan badan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Dan surah 13 Ar Ra'd, ayat 28:

"…Ingatlah, dengan mengingati Allah hati menjadi tenteram."

Tetapi ini tidak bermakna seseorang itu tidak akan menghadapi ujian dalam bentuk kesukaran. Ini tidak dapat dielakkan, kerana inilah tujuan hidup di dunia ini. Bab 67 Al Mulk, ayat 2:

"(Dia) yang menjadikan mati dan hidup untuk menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya..."

Tetapi orang yang bersungguh-sungguh mentaati Allah, Yang Maha Tinggi, akan diberikan ketenangan jiwa dan tubuh, walaupun mereka menghadapi kesulitan. Mereka akan diberikan kekuatan untuk menghadapi kesulitan itu sehingga mereka mengatasinya secara mental dan fizikal, sambil mengekalkan ketaatan kepada Allah Taala, setiap masa. Ini sama seperti pesakit yang telah dibius supaya mereka tidak merasai kesakitan prosedur perubatan.

Sebaliknya, orang yang tidak taat kepada Allah Ta'ala juga akan menghadapi kesulitan. Tetapi dalam kes mereka, mereka tidak akan diberikan ketenangan fikiran atau badan semasa itu. Mereka tidak akan mempunyai kekuatan mental atau fizikal untuk mengatasinya dan akibatnya mereka akan terus menderhaka kepada Allah, Yang Maha Agung, tanpa menghubungkan kemaksiatan mereka dengan kesulitan mereka. Sebaliknya, mereka secara salah akan menyalahkan punca kesulitan mereka pada perkara dan orang, seperti saudara-mara dan rakan-rakan mereka. Ini akan menyebabkan mereka lebih banyak masalah, kerana mereka akan cuba untuk menghapuskan perkara-perkara ini daripada kehidupan mereka. Mereka akan cuba melepaskan diri daripada kesukaran melalui perkara duniawi, seperti hiburan, dadah dan alkohol. Tetapi semua perkara ini hanya akan meningkatkan kebimbangan, tekanan dan kemurungan mereka. Oleh itu, mereka akan

terus menjalani kehidupan yang gelap dan sempit, walaupun mereka mempunyai dunia di kaki mereka. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit."

Keputusan ini cukup jelas apabila seseorang memerhatikan berita dan media sosial.

Sebagai kesimpulan, setiap orang akan menghadapi ujian dan kesukaran tetapi melalui pilihan dan tingkah laku mereka, mereka sama ada akan memperoleh ketenangan fikiran dan badan di kedua-dua dunia atau memperoleh kehidupan yang sukar dan gelap di kedua-dua dunia.

Ketenangan Fikiran & Badan - 29

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Sebilangan umat Islam secara salah percaya bahawa selagi sesuatu itu halal, seseorang boleh menikmatinya sesuka hati. Sikap ini bercanggah dengan ajaran Islam, kerana sesuatu yang halal tidak bererti seseorang itu harus terlena dengannya. Dalam sebuah Hadis yang terdapat di dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2451, Nabi Muhammad s.a.w. berpesan bahawa seorang Muslim tidak boleh menjadi soleh sehingga mereka menjauhi sesuatu yang tidak membahayakan agamanya kerana berhati-hati bahawa ia akan membawa kepada sesuatu. yang memudaratkan. Di samping itu, ayat berikut menjelaskan bahawa mengikut hawa nafsu, walaupun yang halal, boleh membawa kepada kesesatan. Bab 38 Saad, ayat 26:

"...dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu, kerana ia akan menyesatkan kamu dari jalan Allah. Sesungguhnya orang-orang yang sesat dari jalan Allah akan mendapat azab yang pedih kerana mereka melupakan hari perhitungan. "

Ayat ini menggariskan sebab mengikut hawa nafsu termasuk yang halal membawa kepada kesesatan. Apabila seseorang secara berlebihan mengejar keinginan duniawi mereka yang sah, ia akan mengalihkan perhatian mereka daripada bersiap sedia untuk Hari Penghakiman. Persediaan ini melibatkan penggunaan berkat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai Allah Taala, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Mengejar keinginan seseorang akan sentiasa mendorong mereka untuk menggunakan berkat mereka secara tidak betul, yang seterusnya

membawa kepada masalah di kedua-dua dunia. Bab 20 Taha, ayat 124-126:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta." Dia akan berkata: "Ya Tuhanku, mengapa Engkau menghimpunkan aku dalam keadaan buta, padahal aku dahulunya adalah seorang yang melihat?" [Allah] berfirman, "Demikianlah telah datang kepadamu ayat-ayat Kami, maka kamu melupakannya, dan demikian pula kamu pada hari ini dilupakan".

Oleh itu, seseorang mesti bersikap baik kepada diri mereka sendiri dan meminimumkan keinginan mereka yang halal dan sebaliknya menumpukan perhatian pada menggunakan nikmat yang telah diberikan kepada mereka dengan cara yang diredhai Allah Taala. Sebagaimana Allah, Yang Maha Tinggi, mengawal hati rohani seseorang, tempat tinggal kedamaian, dan mengawal penghakiman seseorang di akhirat, Dia akan memastikan mereka memperoleh ketenangan fikiran dan tubuh di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 30

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Orang sering berjuang untuk mengimbangi mengejar kebahagiaan mereka dan menggembirakan orang, seperti saudara-mara mereka. Isu dengan mengikuti media sosial, fesyen dan budaya ialah ia akan menyebabkan seseorang itu mengamalkan sikap ekstremis. Mereka sama ada akan beralih ke satu pihak yang mana mereka mengejar kesenangan orang, yang merupakan sesuatu yang dianjurkan oleh banyak budaya. Ini hanya akan menyebabkan seseorang itu berkelakuan seperti ayam tanpa kepala yang tergesa-gesa antara melayani tuan yang berbeza untuk menggembirakan mereka. Tetapi kerana orang berbeza, apa yang menggembirakan seseorang akan menyusahkan orang lain. Oleh itu, orang ini tidak akan menggembirakan semua orang dan oleh itu tidak pernah memperoleh ketenangan fikiran atau badan sendiri. Atau mereka akan beralih ke sisi ekstrem yang lain, di mana mereka berhenti mengambil berat tentang hak orang lain dan perasaan mereka dan sebaliknya hanya mengejar keinginan mereka sendiri, dalam usaha untuk mendapatkan ketenangan fikiran. Mereka akan menolak untuk mendengar sebarang kritikan membina, sesuatu yang diperlukan untuk pembangunan positif seseorang dan masyarakat. Mereka akan mengabaikan tanggungjawab mereka terhadap orang lain, yang hanya akan membawa kepada masalah lebih lanjut bagi mereka dan seluruh masyarakat. Dalam mengejar keinginan mereka, mereka akan mudah melupakan Allah Taala, kerana mereka terlalu sibuk menggunakan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang menyenangkan diri mereka, kerana mereka tidak lagi mempedulikan apa-apa lagi. Ini akan menyebabkan kehilangan ketenangan fikiran dan badan. Bab 20 Taha, ayat 124:

"Dan barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan Kami akan mengumpulkannya pada hari kiamat dalam keadaan buta."

Orang yang mengikuti media sosial, fesyen dan budaya akan sentiasa berubah dari satu ekstrem ke yang lain. Satu-satunya cara untuk mencapai keadaan fikiran dan badan yang seimbang adalah dengan mentaati Allah Yang Maha Agung, Pencipta akal dan tubuh manusia. Apabila seseorang melakukan ini, mereka akan mengutamakan keredhaan-Nya di atas segala-galanya. Akibatnya, mereka tidak akan tergesa-gesa dari seorang ke seorang yang ingin menggembirakan mereka. Sebaliknya, mereka akan menunaikan hak orang lain mengikut ajaran Islam, kerana inilah yang diperintahkan oleh Allah Taala, tetapi mereka tidak mengharapkan dan tidak mengharapkan balasan atau kesyukuran daripada manusia. Jadi sama ada orang redha atau tidak dengan mereka tidak mengapa, kerana mereka bertujuan untuk mendapatkan keredhaan Allah Taala dalam semua urusan mereka. Tetapi apabila mereka mentaati Allah, Yang Maha Tinggi, mereka tidak akan menzalimi orang lain dan sebaliknya menunaikan hak mereka. Mereka akan menerima sebarang kritikan yang membina, asalkan ianya selari dengan ajaran Islam. Ini akan membawa kepada peningkatan positif dalam tingkah laku mereka terhadap Allah, Yang Maha Agung, dan manusia. Semasa mereka bertujuan untuk mendapatkan keredhaan Allah, Yang Maha Tinggi, mereka akan menggunakan berkat mereka dengan cara yang diredhai-Nya, seperti yang digariskan dalam Al-Quran dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,. Ini akan membawa kepada keadaan fikiran yang seimbang, yang membawa kepada ketenangan fikiran dan badan di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami

berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Ketenangan Fikiran & Badan - 31

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Apabila orang memperoleh apa-apa jenis kejayaan duniawi mereka berasa kepuasan dengan usaha yang mereka lakukan untuk mencapai kejayaan itu. Sebagai contoh, seorang pelajar universiti selalunya akan berasa berpuas hati dengan banyak jam semakan yang mereka alami apabila mereka memperoleh ijazah mereka. Semakin besar matlamat duniawi, semakin besar kepuasan yang dirasai. Begitu juga, mereka yang memperoleh Syurga di akhirat akan berpuas hati dengan usaha yang mereka lakukan untuk mendapatkannya semasa hidup di Bumi. Sebenarnya, perasaan puas ini adalah perkara pertama yang disebut apabila ahli Syurga digambarkan dalam surah 88 Al Ghashiyah, ayat 8-9:

"Wajah-wajah [yang lain] pada hari itu bergembira. Dengan usaha mereka [mereka] berpuas hati."

Oleh itu, setiap Muslim mesti merenung betapa besar kepuasan yang ingin mereka rasai pada Hari Penghakiman dan bekerja dengan sewajarnya. Jika seseorang ingin merasai kepuasan ini, sama seperti mereka mengharapkan untuk merasai kepuasan duniawi, mereka harus berusaha untuk mencapainya melalui ketaatan yang tulus kepada Allah, Yang Maha Tinggi, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai-Nya, sebagai digariskan dalam al-Quran dan hadis-hadis Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,.

Ketenangan Fikiran & Badan - 32

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Tidak seperti kejayaan duniawi, yang sifatnya sangat berubah-ubah, kejayaan agama tidak selalu jelas kepada manusia. Kejayaan duniawi sentiasa dikaitkan dengan keuntungan material, seperti kemasyhuran, kekayaan dan kuasa, dan oleh itu jelas kepada orang ramai. Tetapi seorang Muslim mesti memahami bahawa kejayaan kekal sebenar, yang berkaitan dengan Islam, tidak selalunya jelas. Dalam kebanyakan kes, kejayaan agama melibatkan ketenangan fikiran dan badan, sesuatu yang sukar untuk diperhatikan. Di samping itu, Allah Ta'ala tidak menjamin kejayaan duniawi yang nyata kepada mereka yang ikhlas mentaati-Nya, kerana sifatnya berubah-ubah dan tidak membawa kepada ketenangan jiwa dan raga. Ketaatan melibatkan penggunaan berkat-berkat yang telah dianugerahkan seseorang dengan cara yang diredhai Allah, Yang Maha Tinggi, seperti yang digariskan dalam Kitab Suci dan tradisi Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya. Sebagai contoh, ayat-ayat berikut membincangkan hasil daripada mengekalkan ketaatan yang ikhlas kepada Allah, Yang Maha Tinggi, semasa kesukaran. Tiada satu pun ganjaran yang berkaitan dengan kejayaan duniawi. Mereka sebaliknya dihubungkan dengan kejayaan rohani, yang selalunya sukar untuk diperhatikan. Surah 2 Al Baqarah, ayat 155-157:

"Dan sesungguhnya Kami akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. Yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata: "Sesungguhnya kami adalah kepunyaan Allah, dan sesungguhnya kepadaNyalah kami akan kembali." Mereka itulah orang-orang yang mendapat keberkatan dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk."

Oleh itu, seorang Muslim tidak boleh percaya bahawa mentaati Allah, Yang Maha Tinggi, membawa kepada kejayaan duniawi, seperti harta dan kuasa, kerana dalam kebanyakan kes kedua-duanya tidak berkaitan. Sebaliknya, seseorang harus menyasarkan lebih tinggi dan mengutamakan kejayaan rohani, bermakna, ketenangan fikiran, kerana ia bertahan melalui setiap situasi di kedua-dua dunia. Bab 16 An Nahl, ayat 97:

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. ."

Kepuasan hati - 1

Dalam Hadis yang terdapat dalam Sahih Bukhari, nombor 6470, Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya, berpesan bahawa sesiapa yang berpuas hati dengan apa yang mereka miliki akan dicukupkan.

Orang yang benar-benar kaya ialah orang yang tidak memerlukan dan tamak kepada sesuatu. Ini berlaku apabila seseorang menjadi redha dengan apa yang telah dianugerahkan oleh Allah Taala. Ini dicapai apabila seseorang itu benar-benar percaya bahawa Allah, Yang Maha Tinggi, memberikan yang terbaik kepada setiap orang mengikut pengetahuan-Nya yang tidak terhingga. Surah 2 Al Baqarah, ayat 216:

"…Tetapi boleh jadi kamu membenci sesuatu dan ia baik bagimu; dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu dan ia amat buruk bagimu. Dan Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui."

Orang ini benar-benar kaya sedangkan orang yang sentiasa tamak dan memerlukan sesuatu adalah miskin, walaupun dia mempunyai banyak harta. Ini telah ditunjukkan dalam sebuah Hadis yang terdapat dalam Sahih Muslim, nombor 2420. Oleh itu, redha dengan rezeki seseorang adalah kekayaan yang sebenar sedangkan tamak untuk lebih menjadikan seseorang yang memerlukan, miskin.

Kepuasan hati - 2

Dalam sebuah Hadis yang terdapat dalam Jami At Tirmidzi, nombor 2305, Nabi Muhammad, selawat dan salam ke atasnya,, menunjukkan beberapa ciri penting yang perlu diamalkan oleh umat Islam.

Salah satu perkara ialah orang yang paling kaya adalah orang yang redha dengan apa yang telah diberikan oleh Allah Ta'ala. Orang yang sentiasa memerlukan lebih banyak perkara duniawi adalah miskin, yang merupakan perkataan lain untuk miskin, walaupun mereka mempunyai banyak harta. Tetapi orang yang redha dengan apa yang mereka miliki, ia tidak miskin dan kerana itu kaya, walaupun mereka mempunyai sedikit harta atau harta dunia.

Di samping itu, orang yang redha dengan apa yang dianugerahkan oleh Allah Ta'ala kepada mereka akan diberikan rahmat, yang akan memastikan harta mereka memenuhi keperluan mereka dan keperluan tanggungan mereka dan ia akan memberi mereka ketenangan jiwa dan badan. Sedangkan orang yang tidak redha dengan apa yang telah dianugerahkan tidak akan memperoleh nikmat ini. Ini akan menyebabkan mereka berasa seolah-olah harta mereka tidak mencukupi untuk memenuhi keperluan mereka dan keperluan tanggungan mereka. Ini akan menghalang mereka daripada memperoleh ketenangan fikiran dan badan, walaupun mereka mempunyai dunia di kaki mereka.

Kepuasan termasuk redha dengan apa yang telah dipilih oleh Allah, Yang Maha Tinggi, untuk seseorang iaitu takdir. Seorang muslim harus yakin bahwa Allah, Yang Maha Tinggi, selalu memilih yang terbaik untuk hamba-Nya, walaupun mereka tidak memperhatikan hikmah di sebalik pilihan-Nya. Surah 2 Al Baqarah, ayat 216:

“…Tetapi boleh jadi kamu membenci sesuatu dan ia baik bagimu; dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu dan ia amat buruk bagimu. Dan Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui."

Jika seorang muslim menumpukan perhatian kepada ketaatan kepada Allah Ta'ala dalam setiap keadaan, seperti sabar ketika susah dan bersyukur ketika senang, yang melibatkan penggunaan nikmat yang telah dianugerahkan dengan cara yang diredhai Allah Ta'ala, mereka akan diberikan ketenangan jiwa.

Kepuasan hati - 3

Saya mempunyai pemikiran, yang saya ingin kongsikan. Umat Islam sering terperangkap dalam usaha melaksanakan projek besar sama ada berkaitan agama atau dunia seperti membina Masjid. Walaupun bermatlamat tinggi digalakkan dalam Islam, seseorang harus sentiasa ingat untuk tidak melampaui matlamat mereka. Apabila seseorang melampaui sumber mereka cuba melaksanakan idea besar mereka, mereka sering gagal mencapainya. Sebaliknya, selalunya lebih baik untuk bermatlamat tinggi tetapi dalam had sumber seseorang. Selalunya berlaku apabila seseorang mempunyai tabiat menyasarkan tinggi dan melampaui batas, kerana kekurangan sumber, tiada apa yang dapat dicapai. Jadi mereka berpindah dari satu projek yang gagal ke projek seterusnya tanpa mencapai sesuatu yang baik. Manakala, orang yang bermatlamat tinggi tetapi mengehadkan diri dalam sumber mereka, sering mencapai matlamat mereka. Dan mereka bergerak dari satu projek kecil ke projek seterusnya, mencapai hasil yang positif. Banyak pencapaian kecil yang akhirnya memberi kesan kepada saya daripada potensi pencapaian besar namun tunggal. Inilah antara sebab mengapa Islam menggalakkan seseorang itu mementingkan kualiti dan bukannya kuantiti. Sebagai contoh, Nabi Muhammad s.a.w. pernah berpesan bahawa amalan yang paling dicintai oleh Allah Ta'ala ialah amalan yang tetap walaupun sedikit. Ini telah disahkan dalam Hadis yang terdapat dalam Sahih Bukhari, nombor 6464.

Akhirnya, orang yang mensasarkan dalam had sumber mereka kurang berkemungkinan berputus asa melakukan perkara yang baik dan positif, kerana mereka lebih berkemungkinan mencapai hasil yang positif daripada

orang yang melampaui batas dan mensasarkan melebihi had sumber mereka.

Segala puji bagi Allah, Tuhan sekalian alam dan selawat dan salam ke atas junjungan akhir Nabi Muhammad, keluarga dan para sahabatnya yang mulia.

Lebih 400 eBuku Percuma tentang Perwatakan Baik

Lebih 400 eBook Percuma: https://shaykhpod.com/books/
Tapak Sandaran untuk eBuku/ Buku Audio :
https://archive.org/details/@shaykhpod

Pautan PDF terus ke eBook ShaykhPod:
https://spebooks1.files.wordpress.com/2024/05/shaykhpod-books-direct-pdf-links-v2.pdf

https://archive.org/download/shaykh-pod-books-direct-pdf-links/ShaykhPod%20Books%20Direct%20PDF%20Links%20V2.pdf

Media ShaykhPod yang lain

Buku Audio : https://shaykhpod.com/books/#audio
Blog Harian: https://shaykhpod.com/blogs/
Gambar: https://shaykhpod.com/pics/
Podcast Umum: https://shaykhpod.com/general-podcasts/
PodWoman: https://shaykhpod.com/podwoman/
PodKid: https://shaykhpod.com/podkid /
Podcast Urdu: https://shaykhpod.com/urdu-podcasts/
Podcast Langsung: https://shaykhpod.com/live/

Ikuti Saluran WhatsApp Secara Tanpa Nama untuk Blog Harian, eBuku, Gambar dan Podcast:
https://whatsapp.com/channel/0029VaDDhdwJ93wYa8dgJY1t

Langgan Terima Blog & Kemas Kini Harian Melalui E-mel:
http://shaykhpod.com/subscribe